
MERCVRIALI
DE ARTE
GYMNASTIC
613
7
M62h
R

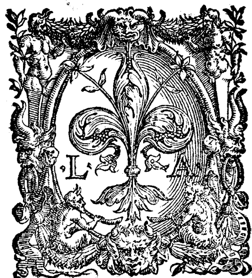
HIERONYMI MERCVRIALIS DE ARTE GYMNASTICA Libri Sex,

IN QVIBVS EXERCITATIONVM OMNIVM vetustarum genera, loca, modi, facultates, & quidquid denique ad corporis humani exercitationes pertinet, diligenter explicatur.

Tertia editione correctiores, & auctiores facti.

Opus non modo medicis, verum etiam omnibus antiquarum rerum cognoscendarum, & valetudinis conseruandae studiosis admodum vtile.

AD MAXIMILIANVM II. IMPERATOREM.



VENETIIS, M D LXXXVII.
Apud Iuntas.

MAXIMILIANO II.

IMPERATORI INVICTISSIMO.

HIERONYMVS MERCVRIALIS perpetuam Felicitatem D.





I quando mecum diligentius considero, MAXIMILIANE Inuictissime, quot, quantaque Imperatores, summiq. Principes pro hominum salute, & tranquillitate tam bello, quam pace gesserint, in eam facile descendo sententiam, merito, atque optimo iure omnes fere gentes, & nationes fecisse, quod eos dignos existimarunt qui in Deorum immortalium numerum referrentur. Inter ea vero, quae in humanum genus innumera contulerunt beneficia magnam partem sibi vindicant artes paene omnes liberales, quas maximis propositis praemijs non excitarunt modo, atque extulerunt aliquando iacentes, sed ita etiam earum dignitatem amplificarunt, vt ipsi soli illarum auctores, & instauratores propemodum videantur. Id facile perspicere quiuis potest, qui militaris disciplinae, le-

gum scientiae, ceterarumque, sine quibus vita haec nostra fere vitalis non esset, laudandarum artium ortus, & incrementa memoria velit repetere: sed ne Imperatori sapientissimo, quae omnibus passim nota sunt, recensendo sim molestus, unum medicae artis omnium utilissimae exemplum proponam, quae proculdubio aut nulla esset, aut certe eum, quem hoc tempore praesefert splendorem, & elegantiam non haberet, nisi Principum benignitas, sine qua omnis plerumque languescit industria, summis viris illius auctoribus affulsisset. Etenim quantum a primis illis temporibus quasi nascenti medicinae attulerint auxilij Cadmus, Salomon, Alexander, posterioribus vero Attalus, Ptolemaeus, Nero, Hadrianus, Constantinus, Iustinus, alij permulti, complurium Doctorum hominum monumenta testantur. verumtamen ut alia omittam in praesentia, non exigui momenti putandum id est, quod magnificentissima, atque amplissima Gymnasia exstruxerint, inque ijs artem Gymnasticam instituentes, ipsius magistros ac praefectos aluerint, qui homines exercitationibus, & ad corporis, & ad animi sanitatem conferentibus instruentes ad bene, beateque viuendum viam communirent. Haec enim ars illa est, ob quam olim Persarum reges, Lacedaemonij, Athenienses, Romani ita in bellis gerendis valuerunt, ut saepe non maxima manu incredibiles hostium vi-

res

res fregerint, innumerabiles copias fuderint, tot denique regna, totque nationes suis ditionibus subiecerint, vt ne recenseri quidem numerando facile queant. Hac eadem instructi, non defuerunt Principes, qui aduersus quemlibet Athletam robore sunt ausi contendere, quales fuisse Cyrum, Neronem, Traianum, Antoninum, & Seuerum accepimus; quos praeterquam quod hac sola arte sanitatem conseruasse, fortissimosque euasisse memoriae proditum est, ob hanc quoque caussam id eos fecisse verisimile est, vt ceteros suo exemplo ad easdem exercitationes inuitarent. Huiusmet artis ope quis ignorat priscos regnorum, & prouinciarum gubernatores Athletarum, et gladiatorum spectacula ad subditos in officio continendos prudenter excogitata introduxisse? ne plurima alia commoda recenseam, quae gymnastica, quo tempore floruit, ad humanam felicitatem perficiendam semper vberrime praestitit. Sed, quo plures scimus ab hac arte vtilitates emanasse, eo magis dolendum nobis est, quibus nescio quo misero fato cum multis alijs optimarum artium studijs perijt, atque exstincta prorsus est; vnde fit vt vetus illud militare robur, & veram sanitatem perpauci sint hoc tempore, qui consequantur, totque morborum genera quotidie nos infestent, quot ob exercendorum corporum consuetudinem non expertos esse veteres rationi consentaneum est. Haec autem etsi ita sint, desperandum tamen

 men

men non est, sapientissime Imperator, quin eorum scriptorum beneficio, apud quos rudis atque adumbrata quaedam illius delineatio remansit, ab interitu possit vindicari, ac iterum in hominum adspectum, lucemque proferri, si & Principum ad hanc rem propensio adsit, & homines docti, & antiquitatis periti reperiantur, qui in hoc studium incumbere, omnesque ingenij neruos contendere non recusent. Ceterum cur nemo nostris saeculis huiusmodi prouinciam susceperit, sane pronunciare non audeo: id vnum scio, rem sicut maximae vtilitatis, ita immensi esse laboris. Et ego, licet multa essent, quae ab ea deterrere me possent, aliquando tamen sum aggressus, quaeque inter legendos auctores huc pertinentia obseruaueram, in vnum veluti corpus collecta in commentarium redegi. quod factum a me est magna animi contentione, & studio: euentu autem, vt ex multorum testimonijs cognoui, audeo dicere, non infelici. Quae etiam me caussa impulit, vt, quamuis hos libros, quo tempore ALEXANDRI FARNESII *Card. sapientissimi ac prudentiss. medicum Romae agebam pepererim, illiq. dicatos in vulgus ediderim: tamen, publico licet profitendi munere, & frequentibus aegrorum visitationibus implicitus, rursus eos postremis hisce mensibus in manibus sumpserim, nonnullisq. mutatis, alijs plurimis adiectis, quarundam exercitationum ex vetustis monumentis iconibus repraesenta-*

tis

tis ita exornauerim, vt non verear quin gratiores multo (quemadmodum solent semper posteriores curae esse meliores) sint in lucem prodituri, atque iucundiores. Quo etiam factum est, vt, quod antea non sum ausus, illos nunc tuae Maiestati consecrare pro mea erga te obseruantia non dubitauerim. Cum praesertim, si Gymnasticae renascenti vllus est patronus quaerendus, neminem te potiorem esse constet: vt, quemadmodum olim Imperatores eam instituerunt, auxerunt, & illustrarunt, ita tu hoc tempore amissam, quae tua summa auctoritas, & potentia, promptaque de humano genere bene merendi voluntas est, in pristinum splendorem, in veterem dignitatem & possis, & velis restituere. Accedit etiam, quod Cardinali FARNESIO, *cui post Deum omnia debere me fateor, & quem tuae Maiestatis obseruantissimum, ac indefessum laudum tuarum praedicatorem semper esse sensi, gratissimam rem facturum me existimaui, si hoc opus in ipsius laribus natum, & minus politum in eius nomine publicatum, nunc perfectius, locupletius, & pulchrius redditum tuae Maiestati ipsius nomine adferrem. Quamobrem oro, vt, qua soles incomparabili animi magnitudine, hoc licet Maiestati tuae impar munus, qualecumque tamen tenuitas nostra offerre potest, accipere, meque inter tuos numerare, protegere, ac fouere digneris. nam, quamquam me*

ijs,

ijs, qui omni disciplinarum atque artium genere excellentes M. T. inseruiunt, comparandum non esse non ignorem: si tamen animus spectetur meus, non dubito, quin, sicut nullius studia in M. T. sunt ardentiora, aut obseruantia maior, ita aliquo inter alios gratiae tuae loco non indignus videri possim. Deus Optimus Max. M. T. pro Christiani orbis salute diu incolumem, & felicem conseruet.

Patauij, Kal. Sext. CIↃ IↃ LXXIII.

LAVRENTII GAMBARAE
BRIXIANI CARMEN.

Auxilio sicut Phoebi genitoris, & arte,
Arte Coronides medica celeberrimus olim
Membra minutatim patrios disiecta per agros
Hippolyti, tandem manibus collegit, & artus
Artubus aptauit nitens, iuuenemq. carentem
Iam luce aetheria, iam tartara nigra tenentem
Ad superas sedes, erebi reuocauit ab vmbris;
Et membris laetos, oculisq. infudit honores:
Queis solitum lumen sumpserunt membra iuuentae:
Confisus ita nunc ope Mercurialis, & aura
Farnesij aspirantis heri collegit in vnum
Gymnada: qua quondam se se exercere relicto
Carcere maiores, populo spectante, solebant.
Haec pars ad ludos spectat, pars altera tantum
Commemorat; cum quis pictis se ostentat in armis,
Fortis vt euadat miles, pars tertia narrat,
Sint eà, quae incolumes seruent, morboq. vacantes
Mortales, dum vita manet, docet insuper haec pars,
Ordine quo poßint homines extendere longum
In tempus dubiam aetatem, tardamq. senectam
Ducere inexpertamq. mali, curaq. carentem;
Omnia quae latuere diu dispersa, tenebrisq.
Abdita Cimmerijs: quae nunc distincta labore,
Et multo studio, tamquam noua sidera fulgent,
Scriptores inter Graios, pariterq. Latinos.



Matth. Deuarij.

Ὡς πάλαι Ἱππολύτοιο μέλη, παιήονος υἱὸς
　σύστασιν εἰς ζώου σώματος ἡρμόσατο,
ὧ δέ ποτ' οἰχομένης καλὰ λείψαν ἀμυδρά περ ἔμπος.
　τέχνης γυμνασίης νῦν ἀναλεξάμενος,
ἄκρος ἀκεστορίνη Ἱερώνυμος, ἀθάνατόν μιν
　κοὐ τεθνηξομένην αὖθις, ἔτευξε νόῳ.
ὃς γοῦν ἶσα θεοῖσιν, ὀνήσιμα ἔργ' ἀναφαίνει,
　ἶσα θεοῖς, τιμῆς ἄξιος ἀθανάτου.

Ἀχιλλέως Στατίου Λουσιτανοῦ.

Γυμνάσιον πολυηδὲς ἄγαν πονέων συνέγειρες
　Παντοίοις σποράδην ἐκδοθὲν ἐν βιβλίοις
Οὕνεκα τῶν τε σοφῶν Ἱερώνυμε ψυφῶνι δ' ἀποισῇ
　Πένταθλον οὐχὶ μόνον πάνταθλον ἀλλὰ μόνος.

Achillis Statij Lusitani.

Orco mortales Hieronymus inuidet aegros
*　Lumen ad aetherium semianimes reuocans,*
Quod quia saepe facit, laudatur saepe, suiq.
*　Fama tripertito nominis orbe volat.*
Nunc autem noua fama alia increbrescit, ut artes
*　Exstinctas veterum gymnasiumq. nouat.*
Macte animo, vir magne, ergo tu cetera membra,
*　Ore exercebis, sed tua laus hominum.*



Auctorum nomina, quorum fide, & testimonio hi Libri conscripti sunt.

Aeschylus
Aetius
Afranius
Agathinus
Alexander Aphrodisiensis
Alexander Trallianus
Antillus
Aretaeus
Aristophanes
Aristoteles
Asclepiades
Athenaeus
Auerroes
Auicenna
Aulus Gelius
Ausonius
Bardesanes
D. Basilius
Caius Julius Caesar
Cassianus
Cassius Iatrosophista
Catullus
Caecilius Plinius
Clemens Alexandrinus
Coelius Aurelianus
Columella
Cornelius Celsus
D. Cyprianus
Diocles
Dion
Dionysius Areopagita
Dionysius Halicarnaseus
Erasistratus
Erotianus
Euripides
Eusebius
Galenus
Herodotus
Herodianus
Hesiodus
D. Hieronymus
Hippocrates
Homerus
Horatius
Josephus
Isidorus
Julius Capitolinus
Julius Firmicus
Iulius Pollux
Iustinus Martyr
Juuenalis

Laertius
Laitus
Lampridius
Libanius
Lucanus
Lucianus
Lucilius
Lucretius
Mar. Aure. Caßiodorus.
Marcus Tullius
Martialis
Meletius
Oribasius
Ouidius
Pacuuius
D. Paullus
Paullus Aegineta
Pausanias
Persius
Petronius arbiter
Philostratus
Plato
Plautus
Plinius
Plutarchus
Polybius
Porphyrius
Posidonius
Propertius
Pub. Victor
Razes
Rufus Ephesius
Scribonius Largus
Seneca
Sex. Empiricus
Sex. Pompeius Festus
Sidonius Apollinaris
Soranus Ephesius
Spartianus
Statius. Strabo
Suetonius Tranquillus
Suidas
Terentius
Tertullianus
Themison
Theodorus Priscianus
Theophrastus
Valerius Flaccus
Valerius Max.
Varro
Vegetius
Vitruuius
Vopiscus
Xenophon.

ARTIS. GYMNASTICAE
LIBER. PRIMVS



De Principÿs Medicinae.
Cap. I.



VAMDIV Homines paucissimis rebus contenti lautas mensas, & opipara conuiuia non cognouerunt, propinationisque post inductam paullatim cõsuetudinem penitus igno- B rarũt, (id quod primis illis saeculis extitisse memoriae proditum est) morbi neq. apparuerunt, neq. etiam eorum nomina innotuerunt, sicut usque ad tempora Socratis distillationum, quas Graeci κατάρρυς dicunt, nomen, quo nil hodie frequentius est, ignoratum esse tradidit Plato: qua de re tunc temporis medicinae aut paucos omnino, aut nullos usus, nullaq. principia extitisse certum est: etsi Homerus antiquissimus auctor scripserit Aegyptum multas herbas, multaq. medicamenta habuisse. Postquam uero intemperantiae nefanda lues, coquorum exquisitae artes, delicatissima epularum condimenta, uinorumq. peregrinae temperaturae inter homines irrepsere, morborum simul uaria continuo genera succrescentia ad inueniendam medicinam eos C coegerunt: qua semper carere profecto licuisset, nisi humana, uel potius ferina ingluuies omnium uitiorum soboles eius usum omnium maxime necessarium effecisset. Medicina uero tametsi primo illo ortu rudis admodum, incultaque fuerit, quando prisci illi (ut Herodotus, & Galenus referunt) aegrotos palam exponebant, ut unusquisq. quod utile, atq. experimentis comprobatum habebat, alterum edoceret, posterioribus tamen saeculis ab Aesculapio Epidaurio cognomento apud Cyrenaeos medico mirifice exornata fuit, & quasi ex rustica urbana, & concinna reddita: quam tamen omnino perficere is nequaquam potuit, quippe qui solis morbosis, ac languentibus operam nauans id unum semper curandi studium habuit: sanorum curam aut ullam esse ignorauit, aut eam prorsus contempsit: quod postea successores illius intelligentes adeo existimatione dignam reputarunt, ut medicinam sine hac

3. de Republi.

In lib. qui medicus i-scribitur.

totam mancam, nulloq. modo perfectam esse posse perspexerint. D
Atq. hi fuere primi Herodicus Selymbrianus, & Hippocrates eius
discipulus, qui curatiuae morborum medicinae cōseruatoriam ua-
letudinis partem fere circa sana duntaxat corpora satagētem adde-
re uisi sunt, arbitrantes non minus praeclarum, atque artificiosum
opus esse sanos homines a morbis praecauere, quam illos iam impli
citos liberare: unde medicina, quae antea semper quasi uirgo fue-
rat, praegnans ab illis reddita fuit, quandoquidem prius solis cu-
randis aegritudinibus, tum sanis etiam conseruandis praefecta est.
An totam eam medicinae partem, quae & ad sanos, & ad uictus
rationem pertinet ex tabellulis, alijsue donarijs, Aesculapij tem-
plo dicatis Hippocrates conflauerit: an uero solam in curandis
Lib. 29. cap. 1. morbis versantem clinicem vocatam, quemadmodum Varro, Stra
bo, atque Plinius credidisse videntur, mihi plane compertum non E
est: nisi quod fuit mos liberatos morbis in templo eius Dei, quid
auxiliatum esset, scribere: Isque a primis illis temporibus vsque ad
Antonini Imperatoris aetatem non modo in Graecia, verum etiā
in Italia perdurauit: vti prae ceteris ex tabella marmorea Romae
in Aesculapij templo in insula Tiberina inuenta, & vsque ad hanc
diem apud Maphaeos conseruata intelligere licet, in qua graece
haec leguntur.

Αὐταῖς ταῖς ἡμέραις Γαΐῳ τϊνί τυφλῷ ἐχρημάτισεν ἐλθεῖν ἐπὶ τὸ ἱερὸν βῆμα, καὶ προσκυνῆσαι, εἶτα ἀπὸ τοῦ δεξιοῦ ἐλθεῖν ἐπὶ τὸ ἀριστερὸν, καὶ θεῖναι τοὺς πέντε δακτύλους ἐπάνω τοῦ βήματος, καὶ ἆραι τὴν χεῖρα, καὶ ἐπϊθεῖναι τοὺς ἰδίους ὀφθαλμοὺς, καὶ ὀρθὸν ἀνέβλεψε, τοῦ δήμον παρεστῶτος, καὶ συγχαιρομένου ὅτι τόσαι ἀρεταὶ ἐγένοντο ἐπὶ τοῦ σεβαστοῦ ἡμῶν ἀντωνίνου. id est: F

HISCE diebus Caio cuidam caeco oraculum reddidit, veniret ad sacrum altare, & genua flecteret, deinde a parte dextera ueniret ad laeuā, et poneret quinque digitos super altare, & eleuaret manum, & poneret super proprios oculos: & recte uidit populo praesente, & gratulante, quod grandia miracula fierent sub Imperatore nostro Antonino.

Λουκίῳ πλευρϊτϊκῷ καὶ ἀφηλπϊσμένῳ ὑπὸ παντὸς ἀνθρώπου, ἐχρημάτϊσεν ὁ θεὸς ἐλθεῖν, καὶ ἐκ τοῦ τρϊβώμου ἆραι τέφραν, καὶ μετ'

οἴνου

A οἴνου ἀναφυρᾶσαι, καὶ ἐπιθεῖναι ἐπὶ τὸ πλευρὸν, καὶ ἐσώθη, καὶ δημοσίᾳ ἠυχαρίστησε τῷ θεῷ, καὶ ὁ δῆμος συνεχαρίσατο. id est:

LVCIO affecto lateris dolore, & desperato a cunctis hominibus oraculum reddidit Deus, veniret, & ex ara tolleret cinerem, & vna cum vino commisceret, & poneret supra latus: & conualuit, & publice gratias egit Deo: & populus congratulatus est illi.

Αἷμα ἀναφέροντι ἰουλιανῷ ἀφηλπισμένῳ ὑπὸ παντὸς ἀνθρώπου, ἐχρημάτισεν ὁ θεὸς ἐλθεῖν, καὶ ἐκ τοῦ τριβώμου ἆραι κόκκους
B στροβίλου, καὶ φαγεῖν μετὰ μέλιτος ἐπὶ τρεῖς ἡμέρας, καὶ ἐσώθη, καὶ ἐλθὼν δυμοσίᾳ ἠυχαρίστησεν ἔμπροσθεν τοῦ δήμου. id est:

SANGVINEM reuomenti Iuliano desperato ab omnibus hominibus ex oraculo respondit Deus, ueniret, & ex ara caperet nucleos pini, & comederet una cum melle per tres dies: & conualuit, & uiuens publice gratias egit praesente populo.

Οὐαλερίῳ ἄπρῳ στρατιώτῃ τυφλῷ ἐχρημάτισεν ὁ θεὸς ἐλθεῖν καὶ λαβεῖν αἷμα ἐξ ἀλεκτρυόνος λευκοῦ μετὰ μέλιτος, καὶ κολλύριον συνθεῖναι, καὶ ἐπὶ τρεῖς ἡμέρας ἐπιχρῖσαι ἐπὶ τοὺς ὀφθαλμούς, καὶ ἀνέ-
C βλεψεν, καὶ ἐλήλυθεν, καὶ ἠυχαρίστησεν δημοσίᾳ τῷ θεῷ. id est:

VALERIO Apro, militi caeco, oraculum reddidit Deus, veniret, & acciperet sanguinem ex gallo albo, admiscens mel, & collyrium conficeret, & tribus diebus vteretur supra oculos: & vidit, & venit, & gratias egit publice Deo.

Quod etiam in templo Isidis fieri solitum fuisse, ex his Tibulli carminibus conijcio.

Nunc Dea, nunc succurre mihi, iam posse mederi,
Picta docet templis multa tabella tuis.

Cum haec ita essent, verisimile fit, solam remediorum co-

gnitionem potuisse ab Hippocrate inde excerpi,& sub certis regulis, ac rationibus constitutam ad artis formam prouectam esse: certus sum tamen sapientissimum senem non casu ullo, nec fortuna, sed diuinissimis illis, quibus pollebat, ingenij uiribus, ac disciplinis sicuti cetera omnia, ita & hanc inuenisse, inuentam excoluisse, necnon curatiuae adiunxisse: In quibus medicinae partibus non ideo ueteres illius parentes minorem laudem merentur, quod plurimi fuerint morbi, quos nec ab ipsis cognitos, nec curandi eos modum indicatum esse constet; quoniam non ueterum ignauia, aut rerum imperitia illud effecerunt, sed potius infinita gulae blandimenta, inexplebilis libido, immensaque uoracitas, quibus, ut sapienter disputauit Seneca, & post ipsum Plutarchus, nouae morborum species genitae sunt, adhucque quotidie gignuntur, quarum aliae sero, aliae numquam medelam receperunt: sic namque pueros, & mulieres post Hippocratis aetatem podagra exercere coepit, sic uiuente Pompeio, atq. Asclepiade aquae formido, seu hydrophobia, Aristoteli, ac antiquioribus haud nota, nec nõ elephãtiasis Aegypto familiaris sese primo demonstrarunt: adeoq. tarde medelam receperunt, vt Scribonius, Largus, qui Claudij Imperatoris tempore Romae medicam artem professus est, scripserit neminem ab hydrophobia usq. ad tempora sua liberari uisum; & si Appuleius Celsus in Sicilia, ubi plurimi fiunt rabidi canes, ortus ad eum morbum antidotum quandam composuisset, Barbarusque quidam in Creta naufragio appulsus se eum Hyenae pelle quod Aetius quoq. de alijs retulit, curare gloriaretur; sic Cornelij Celsi tempestate quaedam ex naturalibus partibus carne prolapsa, & arente intra paucas horas expirauit, ut nobilissimi medici neq. genus mali, neq. remedium inuenerint. Sic Tiberium Imperatorem omnium primum Coli dolorem expertum accepimus, nisi ueteres sub alio nomine illum cognouisse tueamur: ut ipse Hippocratẽ sub Ilei doloris nomine comprehendisse reor. Sic Plinij aetate mentagra, stomachace, & sceltyrbis aegritudines nostro orbi aduenae natae sunt: sic multis olim circa mare rubrum aegrotantibus dracunculi quidã ut Agatarchides in eius maris tractatu retulit, parui crura atq. brachia edentes apparuerunt, qui quamprimum tangebantur illico refugiebant, musculosisq. partibus sese includentes intolerabiles inflammationes, cruciatusue pariebant, quod genus morbi se ab alijs audiuisse, sed neq. naturam eius, neq. generationis rationem cognouisse fatetur Galenus. Sic quidam ab urinae difficultate multo tempore detentus tandem paleam hordeaceam internodia

Marginal notes: Epist. 96. 8. Sympos. prob. ix. — Cap. 171. Lib. 2. cap. 62. In proh. — Lib. 25. cap. 3. — 6. de locis affect.

Margin letters: C, E, F

A nodia habentem minxit. sic Ephebus Athenis serpentem pusillum pilosum & plurimis pedibus statim ambulantem multo cum semine eiecit: sic Timonis Auiam duobus singulorum annorum mensibus in Cilicia delituisse in cauernis, solaq. respiratione, quod uiueret, cognitam esse traditur: sic in Melonijs signum cuiusdam affectionis hepaticae descriptum est, qua quicumque occupabantur, domesticos mures diligenter obseruabant, ac prosequebantur. sic Crateri medici seruus, referente Porphyrio, nouo quodam morbo captus fuit, ita vt carnes eius ab ossibus abscederent: sic temporibus nostris exsecranda illa gallica, & paene exitialis lues vniuersas regiones vexare coepit: ut nullo pacto illud, quod uel posteriorum hominum culpa, uel fortuna aut Deo ita uolente contigit, Hippocrati crimen afferre debeat, a quo cum duae iam praedictae medi-

Libro 1. de abstinētia ab animalibus.

B cinae partes ad summam perfectionem prouectae fuerint, diuinis eius manibus immortales semper habendae sunt gratiae. Ampliusq. illud aeternae memoriae mandandum, quod ambae medicinae partes sicuti diuersae re uera sunt, pariter uaria nomina habuerunt, alteraq. προφυλακτική, siue ὑγιεινή, altera θεραπευτική nuncupata fuit, uocabulis quidem his tum ab opere, tum a re circa quam uersantur, acceptis, quae quoniam sapienter, atque uere depromptae fuerunt, nullam umquam apud ullos mutationem susceperunt: quemadmodum etiam usque ad posteriora tempora haec inueterata permansit inter medicos consuetudo, ut omnes duas medicinae partes primarias efficiant, alteram curatiuam, alteram conseruatiuam nuncupantes, quas ob id communi medicinae nomine plerumq. comprehendunt; quoniam curatiua, quae primo

C ob maiorem necessitatem inuenta fuit, id nomen adepta est, quod conseruatiua quoque ei postremo adiuncta non modo obtinuit, uerum etiam apud nonnullos tantam auctoritatem acquisiuit, ut iudicauerint hanc solam medicinam ueram appellari debere: illam incertam, falsam, meramue hominum alios decipere studentium imposturam exsistere, nempe quae nudis coniecturis, infimisq. argumentis primò ad cognoscendos morbos utatur: deinde in ea fere omnes fortuita remedia, incognitaque medicamenta, ut plurimum adhibeant, & demum tam in iudicando, quam in curando non raro fallantur, quos tamen in grauissimo errore versari facillime cognoscent, quicumq. humanas calamitates, morborumq. incommoditates, quales forent, ni curatrix medicina succurreret, aequo animo aestimare uoluerint: ut non absq. summa ratione Iulianus Imperator hanc pro medicis legem promulgasse uideatur.

In Epistol. graecis uariorum.

ΤΗ'Ν ἰατρικὴν ἐπιστήμην σωτηριώδη τοῖς ἀνθρώποις τυγχάνειν, τὸ ἐναργὲς τῆς χρείας μαρτυρεῖ. διὸ καὶ ταύτην ἐξ οὐρανοῦ πεφοιτηκέναι δικαίως φιλοσόφων παῖδες κηρύττουσιν. τὸ γὰρ ἀσθενὲς τῆς ἡμετέρας φύσεως, καὶ τὰ τῶν ἐπισυμβαινόντων ἀρρωστημάτων, ἐπανορθοῦται διὰ ταύτης. καὶ γὰρ κατὰ τὸν τοῦ δικαίου λογισμὸν συνῳδὰ τοῖς ἄνωθεν βασιλεῦσι θεσπίζοντες, ἡμετέρα φιλανθρωπίᾳ κελεύομεν, τῶν βουλευτικῶν λειτουργημάτων ἀνενοχλήτους ὑμᾶς ἐν τοῖς λοιποῖς χρόνοις διάγειν. id est: D

Medicinae scientiam hominibus salutiferam esse, patens eius usus attestatur, & ideo hanc e caelo delapsam philosophi merito praedicant, siquidem cum naturae nostrae imbecillitas, tum morbi quotidie incidentes per hanc corrigantur. Itaque nos secundum iustitiae rationem superioribus regibus consona obseruari praecipientes, humanitate nostra mandamus uos in reliquis temporibus ab omnibus curialibus ministerijs immunes uiuere. E

De conseruatiuae partibus, & quid tractandum. *Cap. II.*



CVM igitur duae sint medicinae partes, una curatiua, altera conseruatiua, aut ὑγιεινὴ nuncupata; Postrema haec ab aliquibus in tres partes diuisa fuit, in προφυλακτικὴν, morbos futuros, & imminentes auertentem: συντηρητικὴν, quae praesentem sanitatem tuetur: & ἀναληπτικὴν, a qua ualetudinarij reficiuntur: omnes autem istae, quamuis ultimo, sicuti demonstrauimus, fuerint inuentae, nihilominus & ipsae tantum multorum hominum additamentis splendorem acquisiuerunt, quantum uix primi illi inuentores optare ausi forent, tum ob copiam eorum, quae huic parti conseruatiuae adserta sunt, tum ob incredibilem utilitatem, quam non minus anteactis temporibus, quam nunc praestare uisa est: Ea porro, quae ad hanc partem constituendam a medicis excogitata atque ordinata sunt, quattuor nominibus comprehenduntur. quorum singula uarias ac multiplices res sub se complectuntur. tot namq. praesidijs bonam ualetudinem conseruari posse, a Galeno, ac alijs medicinae auctoribus concorditer decretum fuit. Illa vero sunt τὰ προσφερόμενα, τὰ κενούμενα, τὰ ἔξωθεν προσπίπτοντα, καὶ τὰ ποιούμενα. Quae enim exhibentur potulentis atq. esculentis siue ciborum siue remediorum usum habeant, finiuntur. Quae exinanitioni subsunt sudoribus, stercoribus, sputis, urinis, & alijs omnibus similibus continentur. Extrinsecus accidentia aqua, aere, salsugine, mari, oleo, & huiuscemodi F

A uſcemodi conſtituuntur. Agenda uero exercitationibus, ſtudijs, uigilijs, ſomno, venere, ira, cura, lotionibus, ceterisque eiuſdem generis comprehenduntur, unde nulla res eſt, nullumue auxilium, quod ad ſanitatem defendendam conducat, quin ſub aliquo praedictorum quattuor generum, quae totam conſeruatoriam artem quantitate, qualitate, & occaſione conuenientibus perficiunt, concludatur. Sed quoniam de omnibus fere tum ab antiquioribus, tum a recentioribus copioſe ſatis tractatum eſt: de gymnaſijs autem ſiue exercitationibus, a quibus ars gymnaſtica apud veteres ualde celebris conſtituta, & denominata fuit, aut nulla, aut quam pauciſsima, & fortuito, confuſeq. tradita reperiuntur, ideo de his, deq. gymnaſtica arte a Latinis exercitatoria dicta integram, & forſan ab alio numquam abſolutam tractationem habere decreui, eo magis B quod Galenus hanc haud ignobiliſsimam conſeruatoriae facultatis partem eſſe ſcriptum reliquit: omnesq. fere teſtantur exercitationum artem, & ad auertendos futuros morbos, & ad cuſtodiendam praeſentem ſanitatem, & ad ualetudinarios reficiendos, (quae tres partes uniuerſam conſeruatoriam efficiunt) incredibilem utilitatem afferre; ut etiam nos uberrime demonſtraturi ſumus, ubi haec omnia diſtincte ſimul, atque copioſe, prout res ipſa poſtulabit, in hiſce libris declarabimus. Primo, quid ſit gymnaſtica ipſa, quomodo, & quando inuenta, aucta, & perfecta, quot eius ſpecies: deinde, quid exercitatio, quot genera, & quomodo ab antiquis efficerentur: poſtremo, quid ſit illa qualitas, quantitas, & occaſio, quibus haec ars tantopere bonae ualetudini conſeruandae conferat: demum, quae commoditates, quaeue damna ab uno- C quoque exercitationum genere gymnaſticae ſtudioſis expectanda ſint: quibus omnibus diligenter explicatis nil relictum iri ſpero, quòd in huiuſmodi tractatione deſiderari poſsit: quam ideo uehementius omnes ualetudinis ſtudioſos amplexuros eſſe auguror, quoniam haec pars a nobis tractanda curatiuam partem tanto antecellere uidetur, quanto medicamenta ipſa ab exercitationibus ſuperantur; de quibus Galenus, atque Auicenna celebratiſsimi medicinae ſcriptores ita prodiderunt, exercitationes tum excrementa ſoluere, tum per ſudoris meatus eijcere poſſe; tantoq. tam cibis quam medicamentis attenuantibus praeſtare, quanto ſatius eſt nullo corporis noſtri incommodo exigi, quae redundant, quam pariter & carne liquāda, & ſolidis extenuandis: haec namq. incommoda calidis attenuantibusq. medicamentis aſſociantur: exercitationes uero tantum abeſt ut aliquid tale ſequatur, ut potius firmitas

2.đ tu. ual. 3. Primi. doc. 3. ca. 1.

quaedam membris accedat, cum & naturalis ipse calor accenditur, & ex partium inter se attritu soliditas quaedam ac δυσπάθεια comparatur: Iccirco non immerito Athenienses Apollini gymnasium siue exercitationem consecrarunt, significantes, quemadmodum auctor est Plutarchus, ab eo Deo, qui sanitatem nobis largitur, etiam bonum habitum, & robur donari: Neque etiam inconsulto fecit Cyrus, qui apud Xenophontem tanti exercitationes, laboresque corporis aestimauit, ut Persis, quos recte instituere semper studuerat, quasi legem dederit, ne ipsi umquam sine labore cibum caperent, ratus ualetudini, atque fortitudini perinde exercitationes necessarias esse. ac cibum, quas illud humanis corporibus praestare dicebat Solon apud Lucianum, quod ij, qui uentilando purgant triticum, paleas, ac spicas inanes flatu propellentes, purum autem fructum separantes & accumulantes. Etenim Diogenes apud Stobaeum dicebat, Medeam sapientem, non ueneficam fuisse, quae acceptis mollibus, & effeminatis hominum corporibus, confirmabat ipsa gymnasijs, ac exercitationibus, & robusta, uigentiaque reddebat. Vnde fama emanauit, quod coquendo carnes in iuuentutem restitueret.

viii. Symp. prob. 4.

Lib. viii. de Cyri Paedia.

In Anacharsi.

D

E

Quid sit Gymnastica, & quotuplex. *Cap. III.*



QVATTVOR itaque existentibus illis, quibus tota conseruandae sanitatis facultas completur, exercitatoriam quartae partis quandam partem esse nemo sanus negarit: quandoquidem si exercitationes sub agendis inter multa alia collocantur, quae pro quarta conseruatoriae parte a nobis declarata sunt, gymnasticam, quae de exercitationibus tota est, ad eam pertinere rationi consentaneum est: & proinde negare nemo potest, quin ad eum, qui medicinam profitetur contra Erasistratum, & alios gymnasticam a medicina seiungentes, illam cognoscere spectet, eo praesertim quod ab Hippocrate, Platone, & Galeno crebro scriptum reperitur, exercitationes, tot atque tanta ad uitam sanam traducendam bona praestare, quot & quanta uix ulla alia medicinae instrumenta praestant. Quod si Hippocrates in lib. de Locis in homine scripsit Gymnasticam, & medicinam contrarias esse, quoniam altera permutatione opus habet, altera non, de sola ea medicinae parte sermonem habuit, quae in medendis decumbentibus clinice a posterioribus uocata solum uersatur. Plato etiam, atque Plutarchus quando dixerunt

F

A runt duas esse circa corpus humanum uersantes artes, medicinam, & gymnasticam, non ob id, quemadmodum Erasistratus & Sectatores, illas seiunxerunt, sed communem hominum loquendi usum secuti sunt, qui, quoniam posterius gymnastica medicina inuenta, eiq. adnexa est, eas diuersas nulla alia ratione ducti efficiebant. Ceterum quid sit haec ars exercitatoria gymnastica graeco nomine nuncupata, ab eius definitione, siue descriptione petere debemus, quam etsi luculenter explicatam apud Platonem habeamus, a nullo tamen alio, quam a Galeno nostro eam & breuius, & lucidius declaratam credo, ubi ita dixit: ἡ τέχνη γυμναστικὴ ἐστιν ἐπιστήμη τῆς ἐν πᾶσι γυμνασίοις δυνάμεως: hoc, est gymnastica est quae omniū exercitationum facultates nouit, aut potius, gymnastica ars est scientia potentiae omnium exercitationum. Quo in loco animad- In lib. ad Thras.
B uertendum est, Galenum scientiam non proprie, sed communiter, ut plerumque auctores solent, accepisse, propterea quod gymnastica cum pro fine opus habeat, & scientiae nullum opus considerent, necessario a uera scientia excluditur; quamuis alioqui caussas exercitationis uirium saepissime contempletur: est insuper animaduertendum, Galenum hac definitione gymnasticam a paedotribica distinxisse, quoniam illa tamquam imperatrix & exercitationum qualitates omnes, & earum caussas speculatur, imperatque, haec ueluti ministra illius exsistit, perindeac gymnasta erat, qui omnium exercitationum potentias probe noscebat, easque, prout sanitati, & bono habitui expedire iudicabat, diuersis homi-
C nibus imperabat: paedotriba uero, qui eas, quomodo fieri deberent, & possent, re ipsa demonstrabat: atque hoc aenigmatice explicauit Polybus sub his uerbis: παιδοτρίβαι τοῖον διδάσκουσι παρανομέειν κατὰ νόμον, ἀδικέειν δικαίως, ἐξαπατέειν, κλέπτειν, ἁρπάζειν, βιάζεσθαι, τὰ κάλλιστα, & αἴσχιστα: idest: Paedotribae hoc edocent praeuaricari secundum leges, iniuriā facere iuste, decipere, furari, rapere, uim inferre honestissime, & turpissime. Nam si quis luctatorū, & aliorum, qui a paedotribis edocebantur, actiones aestimet, liquido conspiciet ualde ijs assimilari, quae a Polybo scripta sunt, sicq. gymnastam, & paedotribam non parum dissimiles fuisse: uerumtamen, cum interdum unus utriusq. munus impleret, non immerito existimauerunt aliqui has duas artes unam, atq. eandem esse, ueluti nonnumquam idem & militis, & Imperatoris officio perfungitur; attamen Galenus eas esse distinctas uoluit, dum gymnasticam uocari respectu habito ad solam exercitationis qualitatum notitiam, quae operatione ipsa nobilior est; paedotribicam In primo de dieta.

eam dici ob actum ipsum exercendi, utpote ignobiliorem contendit, haud aliter ac si dixisset alteram harum speculatiuam, ac arbitram, & iudicem; alteram practicam esse, quae omnes interdum vna gymnasticae appellatione a materia, circa quam uersantur, ut pharmaceutica, suscepta uocarentur; sicuti speculatiua, & practica medicinae partes uno medicinae nomine saepenumero appellantur. sed quod uere, sicuti declarauimus, gymnastica talis esset gymnastaq. & paedotriba differrent, Aristotelis testimonio quoq. comprobare licet, qui in principio quarti Politicorum hoc scriptũ reliquit: Ἐν πάσαις ταῖς τέχναις μὴ κατὰ μόριον γινομέναις, ἀλλὰ περὶ γένος ἕν τι τελείαις οὔσαις μιᾶς ἐστὶ θεωρῆσαι τὸ περὶ ἕκαστον γένος ἁρμόττον, οἷον ἄσκησις σώματι ποία τε ποίῳ συμφέρει, καὶ τίς ἀρίστη (τῷ γὰρ κάλλιστα πεφυκότι καὶ κεχορηγημένῳ, τὴν ἀρίστην ἀναγκαῖον ἁρμόττειν) καὶ τίς πλείστοις, μία πᾶσι, καὶ γὰρ τοῦτο τῆς γυμναστικῆς ἐστι: ἔτι δ' ἐάν τις μὴ τῆς ἱκνουμένης ἐπιθυμεῖ, μήθ' ἕξεως, μήτ' ἐπιστήμης τῶν περὶ τὴν ἀγωνίαν, μηδὲν ἧττον τοῦ παιδοτρίβου, καὶ τοῦ γυμναστικοῦ παρασκευάσαι τε καὶ ταύτην ἐστὶ τὴν δύναμιν: idest: In cunctis artibus, & scientijs, quae non circa partem, sed circa genus aliquod perfecte exsistunt, unius est considerare, quid cuique conueniat generi: ceu exercitatio corporis qualis quali conueniat, & quae sit optima: (optime enim natura disposito, & cui omnia suppeditant, optimam conuenire necessarium est) & quae plurimis una omnibus. Etenim hoc gymnasticae est: Praeterea uero, si quis non exactum illum cupiat habitum, & scientiam circa certamina, nihilominus paedotribae, & gymnastici est hãc potentiam praeparare. Quibus verbis clare satis patet, tum ab Aristotele gymnasticam nuncupari scientiam eo ferme pacto, quo a Galeno: tum etiam gymnasticam a paedotriba distingui. At ne illos, qui utramque sub uno gymnasticae nomine intelligunt, definitio lateat, quae utriusque uim simul explanet, ita dicere poterimus, Artem gymnasticam esse facultatem quandam omnium exercitationum facultates contemplantem, eorumq. uarietates opere ipso edocentem, uel gratia bonae ualetudinis conseruandae, uel gratia optimi corporis habitus acquirendi, atque tuendi. Dixi huius artis talem esse finem, non solum ut plenam atque perfectam, quantum fieri potest, definitionem redderem, uerum etiam ut hanc scientiam ab alijs, quae similem formam obtinent: differentem ostenderem: Nam ludi omnes antiquorum, tam Graecorum, quam Romanorum, necnon etiam tota athletica ipsa, atq. exercitationes gratia belli factae circa omnes fere exercitationes uersan-

A uersantur, circa quas gymnastica medica, ut in sequentibus sum demonstraturus, quando in singulis exercitationum generibus declarandis quomodo in vnaquaque gymnastica locum habuerint separatim planum faciam: nihilominus magnopere inter se discrepant, caussaq. talis differẽtiae nulla alia exsistit praeter finem singularum, quo fine omnes facultates distingui scripsit Aristoteles: Nam ludorum finis erat religio quaedam, qua Antiqui opinabantur sese Dijs rem gratam illis ludis tamquam promissam facturos: erat quoque populi uoluptas, cui maxime & respub. & Reges, ac Imperatores studebant, quo homines uoluptate demulsi in officio continerentur: unde ludorum exercitatoribus tantum honorem tributum esse scribit Plinius, ut, dum eos inirent, semper assurgi, etiam ab Senatu, in more esset, necnon sedendi ius in Lib.xvj. cap.4.
B proximo Senatui, atque uacatio munerum omnium ipsis, patribusq. & auis paternis, quod tamen seruis, quando illi similes ludos inibant, concessum fuisse minime credo. De his uero ludis quicumq. aliquid cognoscere optauerit, librum Onuphrij Panuini Veronensis habebit, qui omnium diligentissime, ut est ipse omnium saeculi nostri in historijs longe uersatissimus, hanc materiam tractauit. Athletica finem habuit robur, ut illius ui posset athleta aduersarium superare, & coronam praemiaq. proposita consequi: quamuis etiam apud Graecos, & Latinos nonnumquam athletae uocati sunt, tam illi qui in ludis, quam qui extra ludos praemij gratia certabant, quos omnes sub nomine uitiosae gymnasticae (de qua inferius loquemur) Galenus complexus est: Ceterum qui gratia belli exercitationes praedictas obibant, id non ob aliud
C agebant, nisi quo agilitatem, ac peritiam compararent, quibus postea, cum oportebat, hostes in pugna uincere possent: atque harum exercitationum disciplina usque adeo seuera apud maiores seruabatur, ut eius doctores duplicibus, quod scribit Vegetius, remunerarentur annonis; & qui parum in illa profecissent milites, Lib.1.de re mil.ca.13. pro frumento hordeum cogerentur accipere, necante eis in tritico redderetur annona, quam sub praesentia praefecti tribunorum, vel principum experimentis datis ostendissent se omnes militiae exercitationes complesse. Ex quibus omnibus manifestum est gymnasticam nostram a praedictis differentem esse, & ideo summa cum ratione a nobis in illius definitione positum finem fuisse, qui est gratia sanitatis tuendae, & boni corporis habitus comparandi. Quod uero exercitationum omnium tres praedicti fines, a quibus tria gymnasticae genera orta sunt, apud ueteres exstiterint, atque

omnes

omnes in unum publicae felicitatis finem relati sint, abunde de- D
clarauit Solon apud Lucianum in Anacharsi dialogo: qua una il-
lius oratione, tota haec sententia nostra haberi rata mereretur, ni-
si Platonis & aliorum inferius explicanda testimonia accederent.

De gymnasticae subiecto, & eius laudibus. cap. IV.



CVM iam gymnasticam, quid sit, satis (nisi fallor) explicuerimus: eamque ab affinibus facultatibus seiunxerimus: reliquum est, subiectum illius, quale sit, considerare: nam sicuti nulla reperitur ars, siue illa sit architectonica, siue ei subiecta, quae finem operationum suarum aliquem non habeat, pariter nulla est, cuius subiectum aliquod non liceat proprium assignare, circa quod tota illius operatio uersetur: & E quamuis idem subiectum saepenumero plurium artium esse uideatur, si tamen res exacte perpendatur, cunctarum subiecta artium finibus ipsis inter se distingui apparebit, eo quod idem sane aliquo pacto, sed sub uarijs condicionibus, atque proprietatibus ab unaquaque consideratur: ita namq. fit, ut corpus humanum, quod pluribus artibus, atque disciplinis re uera subijcitur, tali pacto ab una consideretur, quo non ab alia: siquidem, prout naturale, atque mobile exsistit, Physicus illud contemplatur: prout sanitatis, uel morbi capax, Medico subijcitur: prout εὐεκτον, idest boni habitus susceptibile, a gymnastica, siue conseruatoria, quae medicinae subijcitur, & de qua nobis futurus est sermo, consideratur. Corpus itaque humanum quatenus bonum habitum recipere, eumq. & sanitatem conseruare in seipso natum est, gymnasticae subiectum F esse definimus, quemadmodum etiam Galenus in libello illo ad Thrasybulum scripto luculentissime declarauit: neq. propter hoc inferendum est, illum sibi ipsi contraria dicere, cum alias gymnasticam a medicina seiungi debere uoluerit, propterea quod uoluit, gymnasticam medicinae quidem partem esse, ita tamen, ut, ueluti pars a suo toto aliquo modo seiungitur, similiter gymnastica a medicina distinguatur: medicina enim sanitatem, atq. morbum in corpore humano considerans, alterum expellere, alteram comparare, & conseruare nititur: at gymnastica in corpore sano bonum habitum generare, eumq. tamquam sanitatis uel partem, uel causam conseruantem retinere conatur): & ob id tanta fuit apud ueteres huius existimatio, ut Plato, atque Aristoteles (ne alios quamplures recenseam) eam rempub. haud optimam esse posse

censuerint,

A censuerint, in qua talis ars desideraretur, nec immerito quidem, quoniam si animi semper habenda est cura, neque ille absque corporis auxilio quidnam graue, aut dignum efficere ualet: profecto studendum est corporis salubritati, bonoque habitui, ut & animo inseruire, & eius operationes nequaquam impedire, sed adiuuare posit: propter quod in Protagora Plato eum esse claudum appellandum dixit, qui solum animum exercens, corpus ignauia atque otio consumit. Quantum porro ars gymnastica ad hunc habitum adipiscendum, sanitatemque tum conseruandam, tum etiam reparandam conferat, ut Platonis, & Aristotelis certissima testimonia praetermeam, unum Galenum in medium adducam, qui se infinitos prope imbecilles ad bonum habitum reuocasse, & innumeros item alios, ne in morbos laberentur, sola gymnastica conseruasse gloria-B tus est, ut nullo pacto nobis mirandum sit, si maiores nostri usque adeo corporis exercitationes aestimauerint, ut non tantum publica, eaque praeclarissima exercendis corporibus loca, qualia gymnasia, & Romanae thermae fuerunt, exstruxerint, uerumetiam in quibusuis fere priuatis aedibus exercitationibus locus aliquis in id designaretur, & quotidie in usu esset.

Quo tempore, & quo pacto coeperit gymnastica, *Cap. V.*



VAMVIS Galenus medicorum omnium post Hippocratem princeps eius sententiae fuerit, quod gymnastica ars Homeri tempore nondum reperta esset, sed solummodo paullo ante Platonis tempora principium C habuerit, nihilominus bello Troiano ab ipsomet Poeta descripto semina quaedam illius iacta fuisse, quasique primordia eluxisse uerisimile uidetur, nisi quoq. fateamur potuisse faciliter multo prius exstitisse, uerum aut non tunc temporis nominatam, neq. cultam, & ad regulas, artisq. formam redactam esse, aut scriptores, qui illam ab interitu, & obliuione vindicarent, non habuisse, id quod credere non est penitus absonum, si quod alibi Galenus scriptum reliquit, uerum esse non negamus, cunctos homines ad musicam, atque gymnasticam propensos nasci, nec quidnam reperiri, quod corpus, atque animum hisce duabus magis componere, & ad bonam frugem inducere queat contra Asclepiadas iniustos omnium exercitationum & aestimatores, & damnatores: ut his rationibus gymnasticam naturalem homini esse, & iccirco semper exstitisse persuasum habere deceat. Porro Homeri tempore artis gymnasticae Primo de tu. valet.

sticae

ſticae principia quaedam exſtitiſſet, facile illi intelligere potue- D
runt, qui poetae libros lectitantes animaduerterint milites Graecos interdum diſco, lucta, curſu, arcu, & alijs huiuſcemodi, quae poſt ad gymnaſticam facultatem tranſierunt, ſeſe exercuiſſe, ſicuti octauo, & uigeſimotertio Odyſſeae frequenter legitur. Sed quomodo, & quo ordine ad hanc artem deuentum ſit, licet nihil plane explicatum habeamus: coniectura tamen quadam aſſequi poſſumus ex illis, quae Plutarchus in quincto Sympoſiacorum prob. 3. ſcriptis mandauit, ubi tradit, certamina prius ſimplicia fuiſſe, in quibus ſolum modo uictoriam, atque coronam pro fine habebant, ab his poſtea ad ſacrificia rem tranſlatam fuiſſe, quando Deo ſacra facturi, populumq. ad feſta accedentem oblectaturi certamina inſtituebant, quae a ſacrificijs demum ad gymnaſia paullatim fuiſſe introducta exiſtimo, quod primis illis temporibus, dum homi- E
nes temperatam uitam traducerent, perpetuaque ſanitate fruerentur, illud unum ſtudium habebant, ut ad bella peragenda, hoſtesq. ſuperandos aptiſsimi euaderent: & propterea quando otiabantur, ne prorſus inertia conſumerentur, ſeſe illis exercitationibus detinebant, in quibus etiam uictoribus praemia ponebantur, quo & illorum uoluptate allecti, & ſpe praemiorum inflammati libentius, atq. accuratius ad acriter contra hoſtes dimicandum diſponerentur: & ob id Homerus ſecundo Iliados in hunc modum finxit.

Λαοὶ δὲ παρὰ ῥηγμῖνι θαλάσσης
Δίσκοισιν τέρποντο, καὶ αἰγανέῃσιν ἱέντες
Τόξοισιθ᾽:

id eſt: *At gentes in litore ponti*
Ludebant diſcis, arcus, & iacula longe F
Mittentes:

Et vigeſimotertio:

Αὐτὰρ Ἀχιλλεὺς
Αὐτοῦ λαὸν ἔρυκεν, καὶ ἵζανεν εὐρὺν ἀγῶνα
Νηῶν δ᾽ ἔκφερ᾽ ἄεθλα, λέβητάς τε, τρίποδάς τε
Ἵππους θ᾽, ἡμιόνους τε, βοῶν τ᾽ ἴφθιμα κάρηνα
Ἠδὲ γυναῖκας ἐϋζώνους, πολιόν τε σίδηρον:

id eſt: *Sed Achilles:*
Illic detinuit populum, magnumq. locauit
Certamen, Nauibus haec praemia ſplendida promens
Scilicet & tripodas, lebetesq. & fortia bouum
Cum mulis, & equis capita, & quoque corpora lumbis
Feminea accinctis, & albi pondera ferri.

Ex

A Ex quibus & sequentibus omnibus satis perspicuum est, primis illis saeculis exercitationum finem fuisse tum delectationem quandam, & praemia consequendi spem, tum ab bellorum, hostiumque uictoriam obtinendam agilitatem, atque peritiam. Post ea tempora cum Deorum cultus, & sacrificiorum celebrationes excrescere coepissent, ut homines ad illas confluentes alacrius, & libentius cō currerent, hae exercitationes in Deorum celebritatibus institutae sunt, ubi & Dijs, & hominibus gratae reputabantur, fiebantq., & ne exercitatores desiderarentur, praemia, quae homines ad quiduis audendum incitare solent, statuebantur ipsis certaminibus optatiora, atque praestantiora, sicut innuit Aristoteles: in his exercitationibus, quoniam homines praemiorũ gratia dumtaxat certabant, quae ἆθλα Graecis dicuntur, exercitatores ἀθληταὶ nuncu- In 3 parti. prob. 8.

B pati fuerũt, qui & ab Atticis ἀσκηταὶ, ut Erotianus tradit, & a Latinis Athletae, apud quos certamen ipsum ludi nomen obtinuit, quod non solum in Deorum festis, uerumetiam in Amphiteatris, & ante amphiteatra instituta in foro, in priuatis locis ad populum oblectandum huiuscemodi certamina peragebantur, sicuti quoque & apud Graecos ἆθλοι. Nam Olympia Pisis, siue in Elide, & Nemea apud Cleonas: Isthmia in Isthmo ipso, Pythia Delphis apud eos talia fuerũt, quales apud Romanos ludi Capitolini, saeculares, & alij huiuscemodi, in quibus omnibus praeter praemia, ita etiam uictoribus magni honores constituebantur, uti non modo in conuentu stantes cum palma & corona laudes ferrent: sed etiam (utor Vitruuij oratione) cum reuerterentur in suas ciuitates cum uictoria triumphantes quadrigis in moenia, & in patrias inueherentur,

C aereq. pub. perpetua uota constitutis uectigalibus fruerentur: at de his cum non sit nobis loquendum, ad rem nostram reuertamur. Dum itaque uita hominum parca fuit, hi soli exercitationum fines existere: uerum enim uero crescente luxu, multisque a longa ualetudine detentis tandem ad reparandam sanitatem, & imbecillitatem curandam, bonumque habitum comparandum exercitationes institui coeptae sunt, quod fuit paullo ante Hippocratis aetatem, quando Herodicus ille (ut scribit Plato) gymnasticam, quae prius in sacrificijs, atque ludis, necnon in bellicis exercitationibus solum auctoritatem, atque locum habebat, medicinae adiunxit: quod mea sententia nil aliud fuit, nisi certamina illa & exercitationes, quae solum pro coronis & praemijs ac militari disciplina assequendis, necnon pro Dijs placandis & hominibus delectandis in usu erant, ad sanitatis conseruandae, & boni habitus acquirendi Tertio de repub.

finem

finem traducere, quas postea exercitationes cum primi illi, atq. etiã D posteriores gymnastae a medicis & philosophis, ut uerisimile est, moniti mirũ in modũ corporibus conferre didicissent, alia moderantes, alia addẽtes, necnon a publicis ad particulares, & propria loca transferentes, tandem regulis quibusdã praeceptis, ac terminis concluserunt, atq. ita artem totã pepererunt γυμναστικὴν uocatam ἀπὸ τοῦ γυμνάζεσθαι, i. ab exercendo, quasi nullus alius finis esset, quã ob habitum corporis bonũ obtinendum sanitatemq. conseruãdam exerceri, hoc autẽ primos omniũ effecisse Hippocratẽ, Dioclẽ, Praxagorã, Erasistratum testatus est Galenus 38. cap. lib. ad Thrasybulum. Quamobrẽ ex his clarũ factum arbitror quomodo ars gymnastica principiũ, incrementa, & statum, necnon quo tẽpore susceperit. Siquidẽ primũ in bello Troiano dum milites Graeci in arenã ex nauibus descẽdentes (unde post emanasse prouerbiũ In arenam E descendere opinor) inter se certantes ad bellũ exercebantur tũc apparere coepit, artisq. agonisticae, & gymnasticae nomen etiã accepit. Postea ad sacrificia & hominũ uoluptates traducta non modo praedicta nomina retinuit: sed etiã athleticae appellationẽ cõsecuta est, & apud Galenũ uitiosa gymnastica nominata fuit. Demũ ad gymnasia, & certos locos pro pueris edocendis pro omniũ sanitate tuenda, ac pro bono habitu parando traducta, & sub normis cõclusa gymnasticae uere nomen promeruit, quod ante Plauti tempora fuit, apud quem Atticus ille iuuenis Philolaches ita loquitur: Cor
„ dolet mihi, quem scio nunc ut sum, atque ut fui olim, quo neq. in-
„ dustrior de iuuentute erat arte gymnastica, disco, hastis, pila, cursu,
„ armis, equo. Verũ enim vero haec ars (ut testatum reliquit Marcus

In secundo de re rusti. in prooc.

Varro) apud Graecos solũ in usu uiguit, quamdiu rura colentes Ro F mani & cultura foecundissimos agros habuerunt, & ipsi ualetudine firmiores exstiterunt: sed postquã cresente desidia in opidis otiari, quam ruri laborare maluerunt, Graecorũ urbana gymnasia ita frequentissima extulerunt, ut idẽ Varro conquestus sit suo tẽpore uix singula satis fuisse, quae profecto, dum Roma sub Imperatoribus floruit, omniũ maxima & speciosissima fuerãt: at deinceps Romano Imperio declinante, ceterisq. in peius ruentibus una etiã destructa fuerũt, & simul cũ ipsis ars non paruam iacturã passa fuit, quam a Varronis temporibus usque ad Imperij Romani inclinationem in frequentissimo usu habitam fuisse quisq. intelligere potest, qui omnes medicos ea aetate Romae aestimatos passim in morbis cu-

Lib. 3. sym pto. 6.

randis & sanis conseruandis exercitatoriam artem adhibuisse ab eorum, quae supersunt, scriptis obseruarit, aut qui Plutarchum

omnes

A omnes sua aetate exercitationibus occupatos fuisse scribentem lectitarit, quamquam Plinius non omnes exercitationes tunc honesti vsus gratia inuectas fuisse, sed nonnullas & peregrinas praesertim ad excitandam sitim quaesitas esse praedicat. Itaque valde allucinatum fuisse Budaeum puto, qui in suis ad Pandectas adnotationibus Romanos gymnasiorum, & palaestrae exercitamentis minime vsos, nulla firma ratione probat. Li. 14 cap. 22.

De Gymnasiis Antiquorum. Cap. VI.

GYmnasticam, siue exercitatoriam in certis locis fieri solitam, quoniam supra statuimus, rationi modo consentaneum est, quid loca ipsa, & qualia forent, planum B facere. Nam loca illa nil aliud fuisse, quam gymnasia nuncupata, ex multis, & praesertim ex verbis Galeni in secundo de tu. val. scriptis manifesto comprobatur, vbi narrat gymnasium fuisse publicum in separata vrbis regione locum exstructum, in quo vngebantur, fricabantur, luctabantur, discum iactabant, aut tale quippiam factitabant, quae loca ita nuncupata fuerũt, quoniam exercitatores ibi, vt plurimum denudabantur. γυμνάζεσθαι enim antiquissima vox etiam denudari significare videtur, vnde Martialis libro tertio.

Gimnasium, Thermae, Stadium est hac parte, recede
Exsuimur, nudos parce videre viros.

Et Bardesenes apud Eusebium lib. vj. de praeparat. Euang. cap. viij. Graecos ait non potuisse vlla vi syderum prohiberi, quin in C gymnasijs nudis exercerentur corporibus. Quamuis etiam quandoque sub nomine gymnasij omnem locum, vbi exercerentur, comprehensum fuisse reperiatur: sicut postea haec vox ad alia quoque translata est, quemadmodum apud Iosephum videre licet, qui in libris de bello Iudaico balnea aliquando gymnasia nuncupata esse demonstrat, vbi de Herode ita loquitur. Namq. apud Tripolim, & Damascum, & Ptolemaidem publicas balneas, quae gymnasia dicuntur, Biblide autem exedras porticus cõdidit. Haec loca a Vitruuio, Celso, Plinio, atque alijs Latinae linguae auctoribus palaestras nuncupari inuenio: Vnde etiam conijcio Vitruuij tempestate in Italia, vel raras admodum, vel nullas extitisse palaestras, siue gymnasia, quandoquidem is libro architecturae earum aedificationes traditurus Italicae consuetudinis nõ fuisse praedicit: Nam qui primi gymnasia exaedificasse creduntur, fuerunt Graeci, si

In Anach. Dialogo. credendum est Soloni apud Lucianum, & M. Tullio Ciceroni, qui D
in secundo de Oratore scribit, gymnasia delectationis, & exercitationis gratia ab ipsis primum instituta fuisse. Inter Graecos autem primi exstiterunt Lacedaemones, sicut Athenaeus ex Ippasi sententia, & Plato in Theaet. & primo de legibus memoriae prodiderunt quos etiam illa ipsa omnium praestantissima, atque speciosissima construxisse ex Martialis libro primo intelligere licet, vbi hos versus habet.

Argiuas generatus inter vrbes
Thebas carmine cantet, aut Mycenas,
Aut claram Rhodon, aut libidinosae.
Ledaeas Lacedaemonis palaestras.

Quomodo vero Plato in Critia dum Athlanticam illam regiam describit, quam nouem millium annorum interuallo ab aetate sua E
ante floruisse narrat, ibi gymnasia exstasse scribit, qui Lacedaemonum inuentum illa facit, exacte discernere nequeo, nisi totam illam Critiae narrationem fabulosam credamus. Post Lacedaemonios Athenienses quoque sua gymnasia erexerunt, in quorum vrbe tria extitisse testantur Pausanias, & Suidas, alterum ἀκαδημίαν uocatum, in quo Plato philosophiam suam professus est; alterum λυκεῖον, ubi Aristoteles edocuit, quod Apollinis Lycij templum
In Anach. fuisse legitur apud Lucianum; alterum κυνοσαργὲς, ubi nothi, spurij, ac ignobiliores omnes exercebantur: si quidem apud Graecos tanto odio, tantaque infamia viles, ac spurij notabantur, vt qui vere legitimi, ac nobiles essent, cum ijs consuetudinem, aut communem sese exercendi locum habere recusarent. Praeter haec tria mentionem facit alterius, quod Canopum uocat, Philostratus in F
vita Herodis Attici. Dixi in vrbe Atheniensium tria fuisse gymnasia, quod licet extra vrbem essent, erant tamen haud longe aedificata, vt quae proxima essent vrbi, in ea fuisse dici potuerit. In his etenim mortuos quoque sepeliendi consuetudinem Graecos ha-
4. Epist. fami. epist. 12. buisse scriptum est apud Ciceronem, cui Seruius se Marcellum interfectum in Academia Atheniensium nobilissimo totius orbis gymnasio sepeliuisse scribit. Quae vero Ligorius antiquitatis totius peritissimus inuenisse scribit in vestigijs Hadriani Imperatoris Tiburtinae uillae repraesentata, Athenaeum, Hermeum, Panathenaicum, minime gymnasia, vbi corpora exercerentur, fuisse puto: sed loca, in quibus aut disciplinarum, & aliarum artium studijs opera dabatur, vel festa aliqua celebrabantur, vt in Panathenaico festa Panathenaica. Corinthum quoque gymnasiũ habuisse

A Craneum vocatum, auctor est Laertius libro tertio. Romani postremi omnium gymnasia palaestras vocata in vrbe ad Graecorum aemulationem Varrone auctore aedificare coeperunt: quos tamen ceteros quoscumque tum magnificentia operum, tum inaestimabili pulchritudine in hoc genere antecessisse, ex illis Thermarum ruinis, quae ad hanc vsque diem non sine omnium stupore perdurantia conspiciuntur, facile conuincitur. ne sileam illud, quod de Neronis gymnasio scripsit Martialis lib. vij. In libro de antiqs nominibus.

Quid Nerone peius?

Quid Thermis melius Neronianis?

Nam gymnasia tota aliquando Thermas ob aquae calidae vsum ibi frequentem nuncupari, apud auctores Latinae linguae nemo dubitat, sicut etiam interdum Thermae significant eam gymnasij partem, in qua lauabantur, vbi propnigeum, laconicum, & calda

B lauatio sitae erant, vt ex multis auctorum testimonijs, & praesertim ex Martialis versibus nuper citatis clare perspicitur. Gymnasium, thermae, stadium est hac parte. His omnibus potest iam vnicuique persuasum esse, quantum in errore versatus sit (inuitus fateor) Blondus Foroliuiensis conciuis meus, qui in secundo Romae instauratae commentario thermas solum ad lauandi vsus institutas fuisse scripsit. Porro ne quis forsan admiratione capiatur, quod dixerim Platonem, atque Aristotelem in gymnasijs philosophari consueuisse; scire debet in huiuscemodi locis varia hominum genera conuenire solita fuisse, quae omnia in sequenti capite a nobis sigillatim demonstrabuntur: tanta enim erat huiuscemodi locorum capacitas, tamq. spatiosa amplitudo, vt absque vllo impedimento diuersae, ac fere innumerae exercitationes, & corpo-

C rum & animorum peragi possent, quemadmodum ex Vitruuij allata descriptione perspicere quiuis mediocriter hac in re versatus poterit; quam cum in rebus plurimis diuersam ex Octauij Pantagathi viri tempestate nostra summi iudicio in prima editione tradiderimus, nunc ipsa diligentius considerata (vt semper curae posteriores esse meliores solent) castigatiorem, & omnibus Vitruuij verbis exacte correspondentem exhibemus. ad quod agendum clarissimus Aloysius Mocenicus, Francisci filius, Ioannes Vincentius Pinellus, Melchior Guillandinus, viri tum ob acre in cunctis iudicium, tum ob singularem eruditionem apud omnes spectatissimi, necnon Andreas Palladius priscae totius architecturae peritissimus non parum adiumento nobis fuerunt. ita vt non verear, quin hoc pacto doctis Vitruuijque scientiae studiosis

probata eueniat, & quemadmodum ad hanc fere diem palaestrae D
ratio fuit incognita, sic in posterum clara, atque manifesta futura sit. Immo vero, si Octauius ipse reuiuisceret, nō dubitarem, vt erat homo sanctissimus, atque doctissimus, quin etiam ipse huic descriptioni, & Vitruuij contextui non mutato, sed in aliquibus tantum melius ordinato libentissime subscriberet. Placuit autem duas eius ichnographias proponere, quia auctor & quadratas, & oblongas fieri posse docet.

De palaestrarum aedificatione & xystis, ex Vitruuio Lib. V. Cap. XI.



Nunc mihi videtur (tametsi non sint Italicae E
consuetudinis) palaestrarum aedificationes tradere explicate, & quemadmodum apud Graecos constituantur monstrare. In palaestris peristylia, quadrata, siue oblonga ita sunt facienda, vti duorum stadiorum habeant ambulationis circuitionem, quod Graeci vocant δίαυλον. ex quibus tres porticus simplices disponantur, quartaque quae ad meridianas regiones est conuersa duplex. vti cum tempestates ventosae sunt, non possit aspergo in interiorem partem peruenire. Constituuntur autem in tribus porticibus exedrae spatiosae habentes sedes, in quibus philosophi, rhetores, reliquique qui studijs delectantur, sedentes disputare possint. In duplici autem porticu collocentur F
haec membra, Ephebaeum in medio (hoc autem est exedra amplissima cum sedibus, quae tertia parte longior sit, quam lata) sub dextro coriceum, deinde proxime conisterium, a conisterio in versura porticus frigida lauatio, quam Graeci λουτρὸν vocitant, ad sinistram ephebaei elaeothesium, proxime autem elaeothesium frigidarium, ab eoq. iter in propnigeum in versura porticus. Proxime autem introrsus e regione frigidarij collocetur concamerata sudatio longitudine duplex, quam latitudine, quae habeat in versuris ex parte laconicum ad eundem modum (vti supra scriptum est) compositum. Ex aduerso laconici calidam lauationem. In palaestra peristylia (quemadmodum supra scriptum est) ita debent esse perfecte distributa. Extra autem disponantur porticus tres, vna ex peristylio exeuntibus, duae dextra, atque sinistra

A siniſtra ſtadiatae, Ex quibus vna, quae ſpectauerit ad Septemtrionem, perficiatur duplex ampliſsima latitudine, altera ſimplex ita facta, vt in partibus, quae fuerint circa parietes, & quae erunt ad columnas, margines habeant uti ſemitas non minus pedum denum, mediumq. excauatum, uti gradus bini ſint in deſcenſu ſeſquipedali a marginibus ad planitiem, quae planities ſit ne minus lata pedum duodecim: Ita qui ueſtiti ambulauerint circum in marginibus non impedientur ab cunctis ſe exercentibus. Haec autem porticus apud Graecos ξυςὸς vocitatur, quod athletae per hiberna tempora in tectis ſtadijs exercentur. Proxime autem xyſtum, & B duplicem porticum deſignentur hypaethrae ambulationes, quas Graeci παραδρομίδας, noſtri xyſta appellant, in quas per hiemem ex xyſto ſereno coelo athletae prodeuntes exercentur. Faciunda autem xyſta ſic uidentur, ut ſint inter duas porticus ſiluae, aut platanones, & in his perficiantur inter arbores ambulationes, ibique ex opere ſignino ſtationes. Poſt xyſtum autem ſtadium ita figuratum, ut poſsint hominum copiae cum laxamento athletas certantes ſpectare. Quae in moenibus neceſſaria videbantur eſſe ut apte diſponantur perſcripſi.



Figura palaestrae cum peristylio quadrato

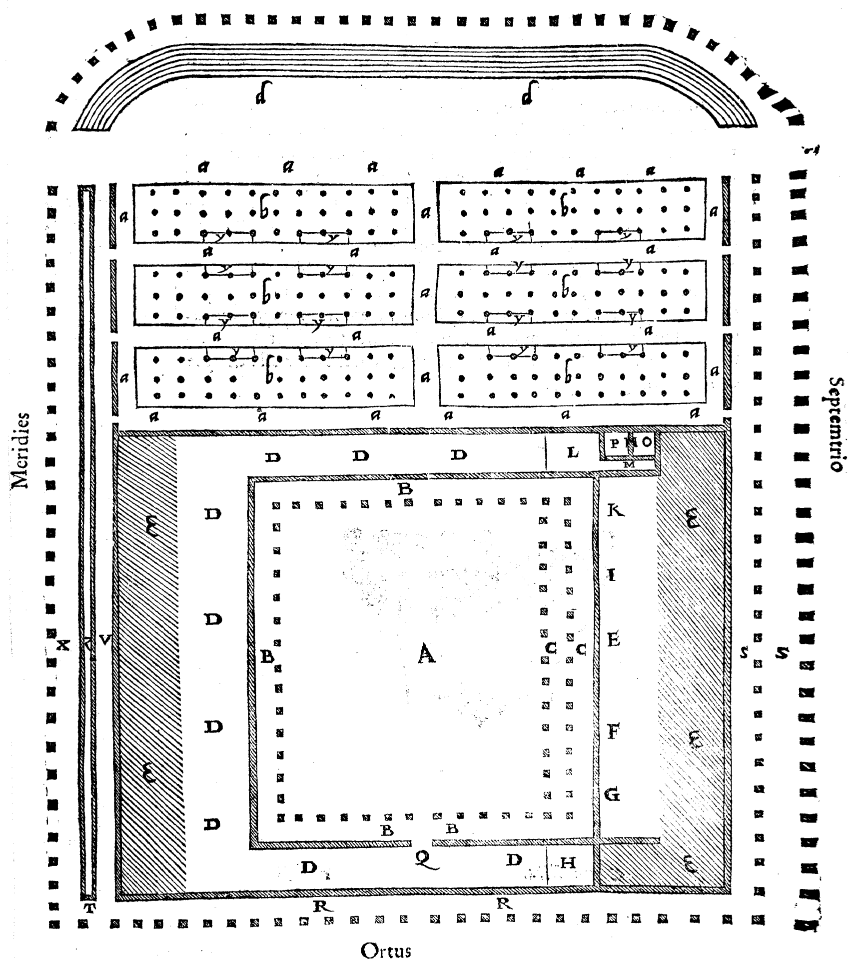
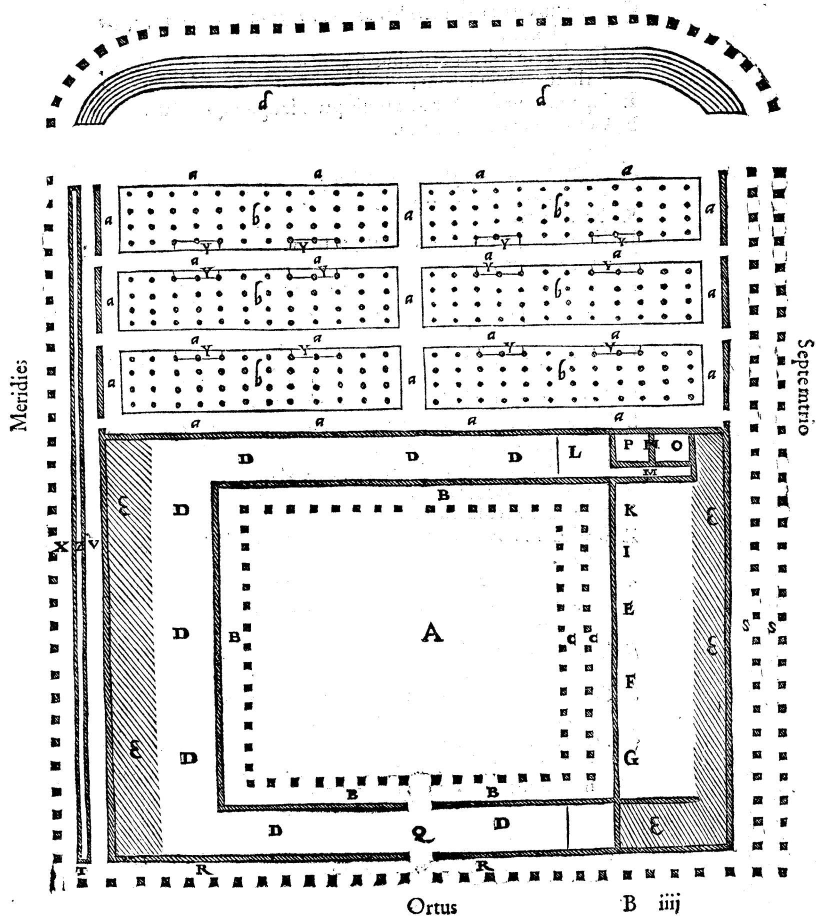


Figura palaestrae peristylio oblongo

Occasus



A Periſtylium in palaeſtra quadratum & oblongum habens ambulationis circuitionem duum ſtadiorum. D

B Tres porticus ſimplices.

C Porticus quarta ad meridianas caeli regiones conuerſa, quae duplex eſt.

D Exedrae in tribus porticibus ſpatioſae, in quibus philoſophi, rhetores diſputabant.

E Ephoebeum, ideſt exedra tertia parte longior quam lata.

F Coriceum a parte dextera.

G Coniſterium.

H Frigida lauatio in verſura porticus.

I Elaeotheſium ad ſiniſtram ephoebei.

K Fridarium.

L Iter in propnigeum in verſura porticus. E

M Propnigeum.

N Concamerata ſudatio introrſus e regione frigidarij longitudine duplex quam latitudine habens { ex vna parte P laconicum; Ex altera O calidam lauationem }

Q Exitus e periſtylio

R Porticus extra palaeſtram prima exeuntibus.

S Porticus ſecunda ſpectans ad ſeptemtrionem duplex ampliſsima latitudine, & ſtadiata.

T Porticus tertia ſimplex ita facta ut habeat.

V Margines circa parietes.

X Margines ad columnas.

Z Medium excauatum uti gradus bini ſint in deſcenſu ſeſquipedali. F

α Hypetrae ambulationes proxime xyſtum, & duplicem porticum, quae a Latinis xyſta, a Graecis παραδρομίδες uocabantur.

β Siluae uel platanones inter dictas duas porticus.

γ Stationes ex opere ſignino.

δ Stadium ita figuratum ut poſſent hominum copiae cum laxamento athletas certantes ſpectare.

ε Loca de quibus etſi non meminerit Vitruuius, fuiſſe tamen in palaſtrae neceſſe eſt ut lignarium, aquarium, uaſarium, latrinae miniſtrorum cellae, & ſimilia.

A *De varijs hominum generibus, quae in gymnasia conueniebant.* *Cap. VII.*



TAnta, adeoque varia hominum in gymnasijs conuersantium erat multitudo, vt, referente Galeno, saepenumero inter ipsos contentiones exorirentur, atque etiam maximus quidam, & insuauis clamor, de quo conquerebatur Seneca, continue exaudiretur; & quem etiam in thermis Varro tempore suo testatur fieri solitũ, his verbis apud Nonium: Ita vti soliti Romae eramus in balneis plodere coepimus, & murmurari. Sed ne singulos enarrando nimis a proposito recedam, praecipua quaedam ipsorum genera persequar. Primum itaque genus in gymnasijs conuersantium erant Philosophi, Rhetores, reliquiue, qui studijs delectabantur; ibi legebant, colloquebantur, inter seque disputabant, sicuti Iuuenalis his versibus demonstrat, quibus Rhetoris & praeceptoris condiciones exponit: 10. meth. Epist. 57. B

Sed vos saeuas imponite leges. Saty. 7.
Vt praeceptori verborum regula constet,
Vt legat historias, auctores nouerit omnes,
Tamquam vngues, digitosq. suos, vt forte rogatus
Dum petit, aut thermas, aut Phoebi balnea dicat
Nutricem Anchisae nomen, patriamq. Nouercae.

Et sicuti etiam Galeni testimonio comprobatur, qui Theagenis cuiusdam philosophi Cynici in Traiani gymnasio quotidie publice disputantis mentionem facit: Tria enim fuisse Romae loca in quibus litterariae exercitationes obirentur, ex varijs Galeni libris cognoscitur, templum pacis antequam conflagraret, gymnasia publica, & ἀκροατήρια. Inter quae scholam medicorum appellatam siquis recenseat mea sententia a vero non errabit. fuit autem ea in Esquilijs aedificata, multisq. imaginibus, atque marmoribus ornatissima, vt ex ruinis illius partis a pluribus, & praesertim a Ligorio obseruatum fuit. Quid potissimum in hac schola fieret, nondum apud quemquam legi. At existimo praeter dispositiones, & alia medicinae studiosorum exercitia simile quid tractari solitum fuisse, atque nunc in collegijs vocatis fit, quando & scholam eiusmodi proprios tabularios habuisse, ostendit marmor cum hac inscriptione Romae ad D. Sebastiani repertum. 13. Meth. In lib. de libris ppriis C

M. LIVIO. CELSO. TABVLARIO
SCHOLAE. MEDICORVM

M. LIVIVS. EVTYCHVS
ARCHIATROS. OLL. D. II
IN. FR. PED. IIII

D

Alterum genus erat Adolescentes, qui vt exercitationũ obseruationes, atq. modos addiscerēt, ad gymnasia accedebāt, vbi a gymnastis ipsis quascumq. cupiebāt exercitationes, edocebātur; Adolescētes liberos palaestrā ediscere solitos fuisse facile cōuincitur ex illis Parmenonis apud Terentiũ verbis, quibus ille Chereā sub forma Eunuchi Thaidi offerēs ait, Fac periculũ in litteris, fac in palaestra, in musicis, q̄ liberũ scire aequũ est adolescentē, sollertē dabo. id q̄d clarius infra demōstrabo. Tertiũ genus erāt Athletae qui ibi se exercebāt, vt in publicis ludis, seu in sacris certaminibus possent & populũ delectare, necnō victoria ac praemijs potiri. & q̄d hoc fuerit, p̄ter Vitruuij auctoritatē Suetonius clarissime demonstrat dũ refert Neronē quandoq. gymnasiũ ingredi solitũ, vt certātes athletas spectaret. Quartũ genus erant oēs illi siue nobiles, siue ignobiles, q̧ vel militaris disciplinae, & fortitudinis, vel tuēdae sanitatis, & boni habitus cōparandi gratia varijs exercitationũ generibus incũbebant, de prioribus est locus apud Cassiodorũ lib. v. epist. 23. male a Pamelio in adnot. ad Tertulliani lib. de spect. intellectu, vbi ita scribit. Ostēt iuuenes nostra in bellis, q̄d in gymnasio didicere virtutis. In posterioribus vero Galenũ nostrũ numerare possumus, cũ scribat se anno aetatis suae trigesimo quincto passum fuisse luxationē summi humeri in palaestra. Quinctũ genus erat eorũ, qui fricabātur, licet. n. frictiones fierēt a multis ante reliquas exercitationes, nihilominus multi quoque sine vlla exercitatione seorsum ab alijs, vt de Vespasiano tradit Suetonius, solũ fricabātur, quod intelligi pōt ex Galeno frictionē ad exercitationes praeparatoriā a reliquis distinguēte. Sextũ genus erāt, q̧ lauabātur, atq. hi erāt tũ nobiles, tũ ignobiliores. Hoc tamen intererat, q̄d diuites, atq. primates labra, & colymbithras proprias in cellis alioqui cōmunibus habebāt, vbi soli diuersis tēporibus lauabātur, multi erāt q̧ etiā solia vel lignea, vel argētea (q̄d recitat Plinius) secũ ferrēt, ne pedes nudos collocarēt vbi vilissimi quiq. ponebāt, quāuis etiā referant nonnulli Hadrianum Imperatorē lauari solitũ, vbi plebs lauabatur quod & Titũ Caesar. fecisse scribit Suetonius. Qui vero duntaxat vngerentur nulli in gymnasijs reperiebantur, quoniā uel exercitationum vel balnearũ gratia vngebantur. Ab his postremo omnibus non pauci spectatores (ne ministros, de quibus infra loquemur, nunc recenseam) in gymnasia conueniebant, qui nō ob aliud, nisi ad videndos exerci-

E

F

In Eunucho.

In 1. de artic.

2. d tu. val.

A citatores ut pote otiosi & nullis negotijs occupati eo accedebant. Quo in loco id etiã animaduertendũ cẽseo, diebus festiuis gymnasia magis frequentata fuisse, quando artifices, aut alijs seruitijs detẽti otiantes in illis ob remittendos labores, & uoluptatem capiundã uersabantur. An in Romanorum Thermis mulieres quoq. uersarẽtur, quemadmodũ uiri, nil certi affirmare ausim, nisi quod Romanã maiestatẽ illud dedecuisse videtur, facileq. fieri potest, ut impurae aliquae & spectandi, & ludẽdi gratia, quod Iuuenalis, & Martialis innuũt, publice versarentur in gymnasijs, necnon in locis separatis, quae ibi lauãdis feminis solis exstructa essent, perinde ac in priuatis balneis honestae mulieres lauarẽtur tã ignobiles & mediocri loco natae, quã illustriores, cũ de Poppaea Domitij Neronis uxore referat Plinius, quod ad augendũ cutis candorẽ quingentas asinas Lib. 2. cap. 41.
B fetas per omnia secum trahebat, & balnearum etiam solio totum corpus illo lacte macerabat: quod intellexit Iuuenalis dum scripsit.

aut pinguia Poppaeana. Saty. 6.
Spirat &
Incipit agnosci, atq. illo lacte fouetur

Propter quod secum comites educit asellas, in quem dealbãdi corporis usum alias mulieres farinam fabaceam, alios nitrum, aphronitrumue in balneis usurpasse meminit Galenus. Atqui Spartanorum mulieres una cum uiris in palaestris exerceri se consueuisse, praeter alios, satis testatum facit Propertius libro tertio Primo de alim. fac.

Multa tuae Sparte miramur iura palaestrae,
Sed mage virginei tot bona gymnasij,
Quod non infames exercet corpore ludos
C *Inter luctantes nuda puella viros,*
Cum pila veloces fallit per brachia iactus,
Increpat & versi clauis adunca trochi,
Puluerulentaq. ad extremas stat femina metas,
Et patitur duro vulnera pancratio,
Nunc ligat ad cestum gaudentia brachia loris
Missile nunc disci pondus in orbe rotat.

Neq. de Hoc Spartanorũ more quisquam mirari debet, quando & Plato in quincto de repub. grauissimis argumentis probauit ad felicem rerum publicarum statum maximopere conducere, si mulieres tam iuuenes, quam seniores vna cum viris nudae in palaestris, atq. gymnasijs exerceantur, quod an sapienter decretum fuerit, & an ad continentiam temperantiamue ex consuetudine cõsequendam, vt Platoni in animo erat, conferret, non est locus examinãdi.

De

De Gymnasiorum diuersis partibus. Cap. IIX. D



VITRVVIVM qui Augusti Caesaris aetate floruit, solũ palaestras graecas tradidisse ex ipsius verbis cõstat, quãdo nondũ Romani Imperatores suas exstruere coeperant, quas postea exstructas sicuti in multis Graecorũ gymnasijs similes fuisse probabile est, ita pariter verisimile sit Romanos (vt solet esse posteriorum in excolendis rebus mos) plura suis addidisse, quae vel Graecos latuerant, vel parũ ab illis aestimata fuerant: Quocirca partes gymnasiorũ magis principales explicaturus haudquaquã solas a Vitruuio significatas in medium afferã, sed illas nullo situs ordine seruato enarrabo, quas dispersim ab Auctoribus traditas inuenio, quasue rei ipsius ratio expostulare videtur in Graecis, atq. Romanis palaestris extitisse: quãquã Vitruuij E auctoritatem nunquã multi faciendã existimaui, nempe quẽ παράδοξόλογον & sua aetate minime aestimatũ puto, quod enim ab Augusto nullis egregijs Fabricis, nisi solis Balistis praefectus fuerit, quãdo scilicet in vrbe & extra urbem magnifica aedificia exstruebãtur, quod etiã a nullo fere posteriore auctore nominatus inueniatur, praeterquã in capitum Plinij librorũ catalogo, qui ab aliquibus minime Plinianus, vel saltem adulteratus putatur, magnã certe ipsius existimationis suspicionem merito parit. Ergo primae gymnasiorũ partes fuerunt porticus exedris siue cubilibus apertis plenae, in quibus philosophi, & rhetores, mathematici, & omnis deniq. disciplinarum amatores disputando, legendo, ac docendo exercebantur: atq. has non longe ab alijs admodum sitas fuisse conijcere possumus tum ex ipsa figura, tum ex prouerbio inde nato (Discũ quã F philosophũ audire malũt) quod in eos dicebantur, qui in eodẽ gymnasio inter philosophos sedentes, atq. inde discorũ crepitus audientes relicta sapiẽtiae schola ad proximũ certaminum locum erumpebant. In exedris philosophorum adolescentes atq. pueros illos, qui disciplinarum studijs operã nauabant, versatos esse rationi consentaneum est: quod essent illae veluti scholae quaedã vbi possent facillime post animorũ exercitationes corpora ad sanitatẽ, vel fortitudinẽ iuuenes & pueri exercere, subindeq. lauari. extat enim Lampridij auctoritas, Alexandrũ Seuerũ post lectionem operam modo palaestrae, modo sphaeristirio, modo cursui, modo lenibus luctis dedisse, mox balneum introiuisse. Inter has adnumero quoq. medicorum scholas. Secunda pars erat Ephebaeum, quo mihi verisi apparet eos conuenire, atq. de praemijs, & exercẽdi genere pact

nes

A nes facere solitos, qui simul exerceri, ac certare volebant: quamquam sciam Philandrum eius opinionis fuisse, quod in Ephebaeo puberes excerentur. qua in re ipsum ualde melius sensisse existimo, quam Gulielmum Choulum, qui in suo de antiquorũ exercitationibus libro in Ephebaeo iuuenes studendi gratia sedisse scriptis mandauit. Vtrũ uero apud Romanos, qui cum uiris ante decimum sextũ annũ pueros commercium ullum habere uetabãt, hoc uerũ fuerit affirmare nõ auderem. Neq. itẽ negare possumus, Galeni tempore, pueros exerceri in palaestra consueuisse, cũ is cuiusdã aegritudinis, quam Commodus puer atq. Imperatoris filius in palaestra acquisiuerat, mentionem faciat: & praeterea in secũdo de tu. ual. sic scribat: *οὕτω δὲ καὶ ὅσις ἀναῤῥιχᾶται διὰ σχοινίου καθάπερ ἐν παλαίστρᾳ γυμνάζουσι τοὺς παῖδας εἰς εὐτονίαν παρασκευά-* Lib. de pe. ad Posth.

B *ζοντες*. i. Sic autem, & quicunq. per funẽ scandit quemadmodum pueros in palaestra exercent, eos ad robur praeparantes. Ex quibus uerbis pueros in palaestris exerceri solitos fuisse satis constaret, etiãsi id quoque Plautus in Bacchidibus apertissime testatus nõ esset, ubi Lydus Pistocleri paedadogus patrũ erga filios sui temporis indulgentiã taxãs de anteacti temporis moribus ita loquitur.

Nego tibi annis viginti fuisse primis copiam
Digitum longe a paedagogo pedem vt efferres ex aedibus
Ante solem exorientem nisi in palaestram veneras
Gymnasii Praefecto haud mediocres poenas penderes:
Idq. vbi obtigerat, hoc etiam ad malum arcessebatur malum
Et discipulus, & magister perhibebantur improbi.
Ibi cursu, luctando, hasta, disco, pugilatu, pila
C *Saliendo se exercebant magis, quam scorto, aut sauijs.*

Vnde mihi cõijciendũ uidetˋ pueris summo mane palaestrã adeundi praeceptũ fuisse, ut uirorũ, qui tũc non aderant, cõmercium uitarent, atq. etiam litterarum studijs incumbendi otium superesset. etenim non defuisse qui pueros nudos uidere, & nefandum eorum amorem sibi conciliare ex palaestris studerent facile ex amatorio Plutarchi libro colligitur. Tertia pars erat Coriceum, qui locus (ut mea fert sententia) pro denudandis hominibus, qui uel exerceri, uel lauari, uel utrũque agere uolebant, inseruiebat, alias a Graecis *ἀποδυτήριον*, & a Galeno *γυμναστήριον* uocatus. Nisi enim Coriceũ apud Vitruuiũ talem locum significat palaestras ab ipso descriptas absq. hac parte omniũ maxime necessaria extitisse dicendum esset, quã non solũ in publicis gymnasijs, uerũ etiã in priuatis affuisse credo, si quidem Plinius Caecilius in descriptionibus uillae Lib. 2. & 5. Epist.

suae

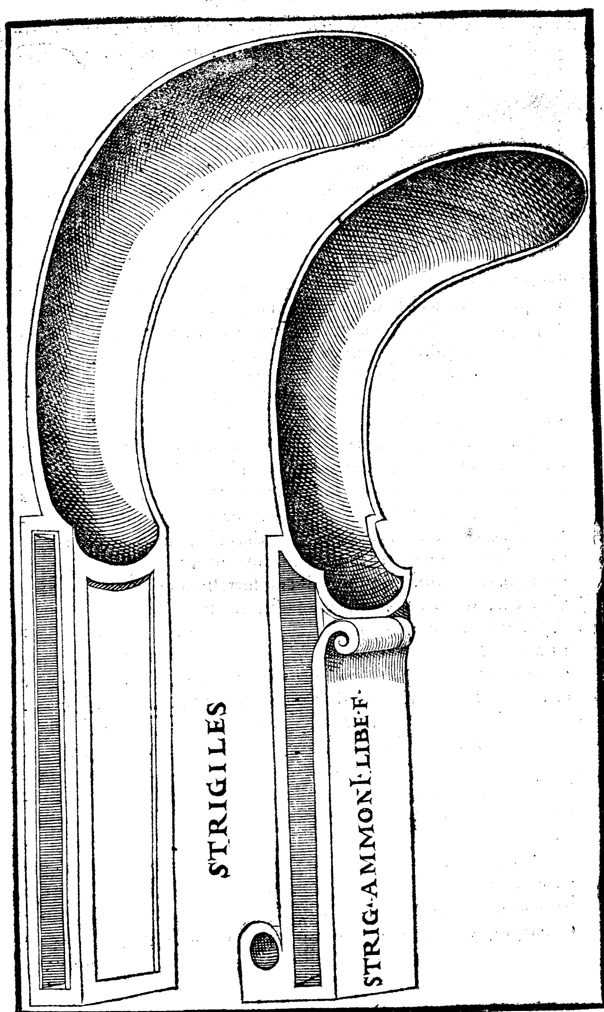
suae Laurẽtinae ac Tuſcorũ apodyteriũ inter alia adnumerat: unde D
illorũ ſentẽtias probare nequeo, q̃ Coryceũ in Vitruuij textu legẽ
dũ putarũt a coryco pilae ſpecie, quaſi ibi ludus talis ageret aut cou
riceũ pro tonſtrina, aut coriceũ tãquã in eo puellae, & virgines κόραι a Graecis uocatae exercerent. Quarta pars erat eleotheſiũ a Iu-
Li.2. epiſt. lio Polluce ἀλειπτήριον, a Caecilio Plinio unctuariũ uocatũ, atq. in
iſto luctaturi, & alias exercitationes, uel balneas ituri ungeban-
tur, redungebãturq.. Sed, quoniã opportunitas rei poſtulare uide-
tur, ut de hoc gymnaſtico ungẽdi munere uerba faciã, neq. Metro
dori Scepſij περὶ τῆς ἀλειπτικῆς, i. de vngendi ratione citatus ab
Athenaeo liber hodie extat, quattuor ego dicã: primũ, quãdo, & q̃
ungerentur: ſecundũ, quae eſſet unctionis materia: tertiũ, cuius fi-
nis gratia ungerẽtur: quartũ, quo modo, & a quibus unctio admini
ſtraretur. Illi qui uel loturi uel ſeſe exercitaturi in gymnaſiũ uenie- E
bãt, maiori ex parte ſpoliabãtur in apodyterio: poſtea horũ nõnul-
li, & praeſertim qui uel luctã, uel pãcratiũ inire intendebãt, (nã pu
gilatores, curſores, ac alij multi unctione nõ egebant) alipteriũ in-
gredientes ungebãtur, atq. ita uncti ad locũ, vbi erat puluis, de quo
loquar inferius, trãſeuntes puluere cõſpergebantur, ſicq. deinceps
in exercitationes diuerſas diuerſi prodibãt: poſtquã u. ro ſeſe, quã-
tum libuerat, exercuiſſent, iterũ ad unctuariũ reuertentes ibi a Me
diaſtinis, & Reunctoribus ſtrigilibus ferreis, de quibus Martialis,

Pergamus has miſit curuo diſtinguere ferro,
Non tam ſaepe teret lintea fullo tibi,

detergebantur, in qua deterſione oleum, puluis, & ſudor, quae de
radebantur, ſimul mixta in uſum medicum adſeruabãtur, & ab At-
Lib. 1.c.3. ticis κονίσαλος, ab alijs vero πάτος uocabatur, ut ex Dioſcoride, Pli F
Lib 34.c.8. nio, Galeno, & Aetio facillime confirmari poteſt: tametſi Auicen-
Li. de ſim. na libro ſecundo faciat mẽtionem etiam ſudoris ſicci athletarum,
me.81.&4. quem puto fuiſſe illum, cui neque oleum, neque puluis inerat. &
de tu. ua. quamuis Galeni aetate ſtrigiles adhiberentur ad balnei uſum, ni-
Libro 5.& hilominus balneorum ſtrigiles plerumque ſpongiae erant, uel li-
10.de ſim. nei, neque communiter ſemper adminiſtrabantur, ſed quiſq. pro-
med. & prium ſecum gerebat, & praeſertim quicumque communia cum
lib.2.c.17. alijs inſtrumenta habere fugiebat, ut inſinuat Perſius Sat.v.

I puer, & ſtrigiles Criſpini ad balnea defer.

Ferrei autẽ erant, uel aurei, uel argẽtei, uel cornei, uel eburnei, uel
aerei, quibus ſtrigmenta, & ſordes exercitatorum a corporibus ra-
debantur. Aerei ſtrigiles erãt, quorum pictura hic ponitur, quiue
olim inter Traiani Imperatoris thermarum ruinas inuenti ſunt.


STRIGILES
STRIG·AMMONI·LIBE·F·

Deterſi tandem iterum diligentiores aliqui ualetudinis, aut delicia- D
rum gratia ungebantur, & nonnunquam inuncti balnea ingrediebantur, ſed poſt egreſsi denuo ungebantur modo ſimplici oleo, modo uarijs odoribus condito, modo diapaſmate ad coercendos
li.21.c.19. ſudores, ut ſcribit Plinius, adeo quod uaria erant ungendi tēpora, interdū poſt balnea, quod Homeri tēporibus obſeruatū legimus, ut in 3. Odyſ. Αυτὰρ ἐπεί λούσέντε ϗ ἔχρισε λίπ᾽ ἐλαίῳ, i. Poſtquā lauit, & pingui oleo unxit. & lib. 4. iterumq. 17. τὺς δὲ ἐπείδ μωαὶ λοῦσαν, ϗ χρίσαν ἐλαίῳ, i. Hos autem poſt quam famulae lauerūt, & unxernnt oleo: interdum quoque ante, ſicuti refert Galenus vj. de ualetudine conſeruanda. De Archimede quaedā apud Stobaeum ſcitu digna leguntur: eum ſ. abaco incumbentem, & figuras quaſdam ducentem a famulis ui abſtractū ungi ſolitum fuiſſe, atq. ipſum in corpore ita uncto figuras mathematicas ſaepe deſi- E
gnare conſueuiſſe. Materia unctionis pro exercitandis uaria fuit. Ariſtotelis tēpore, & oleo ſimplici, & aqua mixto ungebātur: Is. n. quincta problematū particula ſcripſit, iccirco aquā oleo admixtā, quando exercitatis adhibetur, magis laſsitudinē tollere, quā oleū ſimplex, quoniā ita interius penetrans exſiccata mēbra humectat addo etiā ex Hippocrate II. de diaeta minime huiuſmodi unctio-
Lib.15.c.4. nes permittere, vt corpora plus iuxto incaleſcāt auctor eſt Plinius Graecos uitiorū omniū genitores oleū primos in gymnaſia inuexiſſe, de quo dicebat Anacharſis Scytha eſſe inſaniae pharmacum, quoniā eo peruncti athletae inſanirent. Butyrū quoq. apud nōnullas barbaras nationes, quibus deerat fortaſſe oleū, interdū pro un-
li.11.c.14. & li.28.c.9. gēdis exercitādorū corporibus in uſu fuiſſe teſtatū reliquit Plinius;
3.de alimē. fac. c.15. & poſt ipſum Galenus: fuit & aliud mixturae genus poſterius inuē- F
tum ex oleo, puluere & cera cōmixtū, quo ungebātur: atq. illud ceroma a Plinio vocatū inuenio, quo iuuētutē Romanā corpora exercendo uires animorū amiſiſſe dicit: ſicut & apud Martialē libro 4.

Seu lentum ceroma teris *& libro V.*

Vara nec iniecto ceromate brachia tendis. *& lib. VII.*

Et caſtigatum Lydiae ceroma palaeſtrae.

Scribit item Plinius oleum in gymnaſijs condiri odoribus, ſed uiliſsimis conſueuiſſe. Quae omnia de unctionibus ante exercitationes adhibitis intelligi debent: cū poſt exercitationes, & poſt balnea infinita prope uariorum odoribus conditorum unguentorum genera tradantur adhibita: quae ſoli laſciuiae atque libīdini inſeruiebant. atq. haec a Plutarcho in Amatorio nobis indicata puto, quādo ſcripſit, Solonem uetaſſe ſeruis unctiones ſiccas, atq. puerorum

amo-

A amorem, nō item mulierū coniugium, nisi potius unctiones extra balnea factas, seu diapasmata intellexerit. Quo fine demū praedictis unctionibus gymnasia adeuntes ungerentur, diuersa ab auctoribus tradita inuenio. Hippocrates in 3. de diaeta memoriae mādauit terrarū puluerem oleo admisceri solitū, ut suo frigore, & siccitate olei aestum, & humiditatem temperaret. Alexander in 1. Probl. volumine scripsit athletas ideo oleo ante exercitationes perungi cō sueuisse, ut membra emollita labores sine rupturae ullius periculo sustinerent, quam sententiam secutus est quoq. Lucianus in dialogo, περὶ γυμνασίων. Lucanus uidetur sensisse luctatores puluere sese conspergere solitos fuisse, ut corpora fortiora redderentur. De Hercule namque & Anteo sermonem faciens ait. Prob. 119.

Auxilium membris calidas infundit arenas.

B Plutarchus in libello de primo frigido huius sententiae fuisse uidetur, quod athletae in unctionibus puluere uterentur tum ad refrigeranda calefacta corpora, tum ad cohibendum sudorem, ne tantopere delassarentur. Ego autem cum Luciano existimo potissimū usum pulueris exstitisse, ne oleo manus laberentur, sed facilius exercitatores sese comprehendere ualerēt, neue sudore diffluerent, aut uenti corpora aperta ingrederentur. atque hac de caussa a Martiale puluis ille ἀφὴ uocatus fuit, ut ibi (flauescit aphe) unde si qui aduersarios perunctos, & sine puluere certantes uincebant, maiori gloria digni habebantur, qualis fuit apud Plinium Dioxippus, & Diœreus apud Pausaniam, ἀκονιτὶ nomen promeritus. cuius rei mentionem fecit Horatius, ita ad Maecenatem scribens. lib. 1. epist. 1.

Quis circum pagos, & circum compita pugnax.

C *Magna coronari contemnat olympia, cui spes,*

Cui sit condicio dulcis sine puluere palmae?

Ex quo satis mirari nequeo Budaeū, uirū sane doctissimū, q̄ in suis ad Pandectas adnotationibus hoc nō uiderit, malueritq. ἀκονιτὶ, i. ἄνευ ἀγῶνος, seu sine certamine dictū esse. Alij sunt, q credāt oleo exercitatores unctos ad arcēda frigora, & leuādas lassitudines. Galenus sentit oleū tam ad exoluendā praeteritā lassitudinē, & futurā mitigandā, quam ad praeparandū ad motus cōduxisse. quibus cerā additā cum Galeno opinor, quo oleū alioqui fluxile diutius adhaereret. Quae uero post balnea adhibebātur unctiones, nemo dubitat inseruisse, ne humiditas in balneis acquisita euanesceret, neuē reseratis a balnei calore meatibus natiua caliditas exspiraret. quamquā etiā aliqui delicatiores uoluptatis & lasciuiae gratia odoriferis unguētis, aut sicci diapasmatis ad cōprimendū immmoderatū sudorē, 6. de tu. va. c. vlt.

li.13.c.2.& li.21.c.19. ut scribit Plinius, post balineas ungebantur, de quibus Martialis. D
lib.1. *Quid quod olet grauius mixtum diapasmate virus.*

Ceterũ quo modo ungerentur, nil certo definitũ inuenio: est tamẽ ualde probabile, nõnullos, cũ prius seipsos fricassent, manibus proprijs hoc egisse, aut alterũ ab altero uicissim unctum, qđ Lucianus in Gymnasijs scribit; licet etiã a seruis gymnasticis, atq. reunctoribus uocatis ungerentur: qui & ipsi prius ad maiorẽ unctionis penetrationẽ fricantes tandẽ uniuersum corpus modo leniter, modo secus prementes perungebant, &, prout temporis constitutio postulabat, alias tepidũ, alias calidũ, alias frigidum linimentũ applicabant: atq. haec omnia ut plurimũ in Alipterio fiebãt: qui nitro & aphronitro sese fricabant, ut meminit Cyprianus Epist. 7. lib. 4. ac Martialis lib. 14. existimo illud eos agere solitos, ut sordes a corpore melius eluerent, atq. exsiccarent, quantum.n. abstergere possit aphronitrum nemo ignorat. Prope quod erat Conisterium, Polluci κονίστρα uocatum, quinctã gymnasij pars, in quo positus puluis conseruabatur, ut possent uncti statim illo conspergi. Ex uarijs regionibus in hunc usum pulueres aduectos legimus, sed duo palmam habuerunt, Puteolanus, de quo Sidonius Apollinaris, E

Namque Dicarcheae translatus puluis arenae,

li. 35. c. 15. & Aegyptius, quẽ Romã in hunc usum aduehi solitũ refert Suetonius in Nerone, quemadmodũ & Patrobiũ Plinius tradit Neronis libertum ex Nilo arenã tenuissimam, non multũ a Puteolano puluere distantem ad debellanda corpora palaestrae studijs aduexisse, eandẽq. a Leonato Cratero, & Meleagro Alexandri Magni ducibus cũ reliquis militaribus cõmercijs portatã. cui forsan haud absimilis illa erat, de qua Ouidius Acheloi pugnã describens loquitur. F

Inquies vicem fuluae tractu flauescit arenae.

Nam & Martialis Philenim irridens, quod Palaestritarum exercitationes iniret, dixit ipsam flauescere hac arena, quam aphem ab illo uocari diximus, quoniam contrectationibus exercitatorum inseruiebat. ἀφὴν namque tactum significare, nemo nescit.

De Palaestra, & alijs Gymnasij partibus. Cap. IX.



HACTENUS quinq. Gymnasij partes, quae etiã in palaestra graecorũ a Vitruuio descriptae inueniũtur, Philosophorũ exedras, Ephebaeũ, Apoduterium, unctuariũ, & conisterium explicauimus: nunc ceteras partim ab eodẽ praetermissas, & ab alijs indicatas, partim ab ipsomet explicatas prosequemur. Erat itaq. sexta pars locus quidã palaestra uocatus,

A catus, ubi (dicebat Lydus ille Plautius) cursu, luctando, hasta, disco, pugilatu, pila, saliendo se exercebant magis, quã scorto, aut sauijs, & ubi scribit Galenus has exercitationes peragi solitas luctam, pugilatũ, appensionẽ manibus ad funes exercitationem qua stabant pedibus & manibus in pugnum uinctis, easq. alteri aperiendas porrigebãt qua põdera manibus attollebant, & ita persistebant, quod genus halteres uocatum est, sciamachia, & armorum pugna: Galeno uero assentiens Oribasius Pergamenus fassus est non modo has, sed & alias sexcentas fuisse palaestrae exercitationes. Vnde animaduertendum est, palaestram apud utriusque linguae auctores multa significare, primo totum ipsum gymnasium, ut est uidere penes Vitruuium, secundo, locum quemcumq. exercendis corporibus idoneum, quo pacto locutus est Cicero in Epist. tertij lib. ad Q.F. prima, & 2. de legibus, dum uillam suam Arpinatem describens palaestram ibi nominat, necnon Virgilius quincto Aeneidos.

In Bacchidibus. 2. de tu. ualet. ca. 9.

B

Pars in gramineis exercent membra palaestris,

& Geta apud Terentium in Phormione, ubi dixit, Eccum a sua palaestra exit foras. Tertio certam gymnasij partẽ, in qua ex sententia Plauti, Galeni, & Oribasij tot exercitationes factas praediximus, & cuius parietum sordes collectas in panno applicatas furunculos maturare scripserunt Plinius, & Theodorus Priscianus. in qua significatione accepisse Catullum puto, ubi dixit

Albero foro, palaestra, stadio, & gymnasijs?

Miser ah miser. & Afranius scribens.

Etiam depellis mihi manum per palaestricos, idest, Palaestrae usum (ut ait Nonius) callentes.

6. collec. c. 14. De Berecithim. li. 1. ca. 36. li. 5. de sim. med. lib 1. de legibus. lib. de claris Orat. lib nat. histo. 27. c. 4.

C Quod autem a Palaestrae muris, statuis, atque columnis strigmenta quaedam a puluere, & luctantium corporum contactu ibi factae abraderentur, & in uarios medicinae usus seruarentur, abunde testati sunt Dioscorides, Plinius & Galenus, quae strigmẽta quãdoque a ludorum magistratibus octingentis sestertijs uendita fuisse tradit Plinius. Inuenio quoque exercitationem ipsam palaestrarũ interdum palaestram uocari, sicuti quandoq. M. Tullius pro palaestra actiones ordinate, & uenuste factas metaphorice intelligere uisus est auctoritate Lucilij, cuius hic uersus legitur apud Porphyrionem, *Iudicis Hortensi est ad eam rem nata palaestra*. nec non Plato in Charmide pro Taurei palaestra locũ significauit quo uiri docti ad colloquendum disputandumq. conueniebant. Ad haec Plutarchus in secundo sympos. palaestram uocatum scribit locum, ubi athletae exercerentur, & in quo solum lucta, & pancratiũ non cur-

Prob. 4.

 sus,

sus, non pugilatus agerentur. queadmodũ & Galenus quandoque D palaestram nuncupauit, ubi athletae solum, & crassitudini corporis studentes exercerentur quo pacto accipiendũ reor apud Hipp. quũ in principio primi Epid. narrat tubercula ijs esse oborta, qui in palaestra, & gymnasijs exercebantur. Forsan autẽ dubitauit ali-
2. đ tu. ual. cap. 9. quis an in palaestra hac puluis stratus esset, quoniã Galenus ipsam a loco, ubi puluis erat, separasse uidetur hisce uerbis: ἀλλὰ τὰ μὲν
" τοιαῦτα καὶ χωρὶς παλαίστρας, ἢ βαθείας κόνεως δύναται γίγνεσθαι
" καθ' ὁτιοῦν χωρίον ἐπίκροτον ὀρθῶν ἑστώτων. ὅσα δὲ παλαίοντες εἰς
" ἀλλήλους δρῶσιν ἀσκοῦντες τὸν τόνον, ἤτοι κόνεως βαθείας, ἢ πα-
" λαίστρας δεῖται. i. Sed & haec absq. palaestra, & alto puluere in quocumque loco conculcato erectis stantibus fieri possunt: quae uero lucta inter se contendentes agunt robori acquirendo incũbentes, vel alto puluere, uel palaestra opus habent. Cui ita respõsum uolo, E etiã in palaestra fuisse stratũ puluerem, sed humilem, ac modicũ, ita ut duo fuerint loca puluere strata, alterum palaestrae, alterũ extra palaestrã: in illo puluis humilis, in hoc altus & copiosus esset: cuius pulueris in utroq. usus erat, tum ut certantes firmius cõtenderent, neq. pedibus laberentur: tum etiã ut qui in terrã deijciebantur, minus laederentur: At altus puluis hoc amplius habebat, quod dum homines in illo pedes alte figebant, maiori conatu, ac ui ad eos tollendos opus habebãt, atq. inde robur maius cõparabant. Quae omnia significauit Lucianus in libello de exercitationibus. de hoc. n.
Lib. 11. de usu partiũ. & li. de causis procatarticis. alto puluere locutum puto Galenũ, ubi scribit se uidisse athletas, saepius, ne a puluere suffocarentur, periclitantes, & ubi Adolescentem quendam narrat ex concitato motu per loca profunda, & arenosa facto ualde exsiccatum ad gymnasiũ se contulisse: quod ex ijs F esset, qui illa exercitatione delectabantur, ac ibi identidem exerceri uellent. Quod palaestra quoq. dicta sit ars Oratores in actionibus exercendi, ut probare in suis ad Pandectas adnotationibus conatur Budaeus, sane non uideo. Septima gymnasij pars fuit sphaeristirium, ubi uariae exercitationes, & praesertim cuncta pilae exercitia, quae plurima exstitisse infra demonstrabimus, frequentius,
Lib. 1. c. 4. quam alibi peragebantur. Hoc non esse coriceũ a Vitruuio descriptum satis in superioribus probauimus, & licet ab eo nõ ponatur, in gymnasijs tamen fuisse multis uerbis ostendis Budaeus, quinimmo & in particularibus gymnasijs hortisue Sphaeristiriũ una cum alijs exstructũ fuisse, locupletissimum testem habemus iuniorem Pliniũ, qui uillas suas describens Laurentinum & Tuscos in utrisq. sphaerist irium ponit, quod plura exercitationis genera, pluresque

cir-

A circulos caperet idem & ex eo Pandectarũ loco confirmari potest, [lib.2.epist. & 5.] ubi haec Vulpiani verba leguntur: Cũ Aurelius Quinctus hospiti [lib.17.c.16] suo medico mandasse diceretur ut in hortis eius quos Rauẽnae habebat, in quos omnibus annis secedere solebat, sphaeristiriũ & hypocausta & quaedam ipsius ualetudini apta sua impẽsa faceret. Vnde quoq. facile conijcitur in spaeristirio nedum pilae ludos, uerũ etiã alias exercitationes fieri consueuisse, quãdo & in ipso Vespasianus fauces, ceteraq. membra (ut tradit Suetonius) sibimet ad numerum defricabat. Octaua pars fuerunt uiae illae, quae inter porticus, ac muros, ut ego puto, sitae erant, ab omnibus aedificijs nudae, necnon tota peristylij area quae & ad subministrandã porticibus, ac cellis lucẽ factae erant, & ad spatiandum, aliasue exercitationes obeundas, quae nec in palaestra, nec in alto puluere, nec in xystis alijsue locis fieri possent. Has locum conculcatũ paullo ante ex Ga-
B leno a nobis nominatum fuisse opinor ita uocatas, quod nullis lapidibus, lateribusue stratae, sed rudes & aequato tantũ solo forent. In his cursum factũ existimo, atque ad id tum diauli, tum dolichi, a quibus dolichodromi, & diaulodromi formas, atque terminos ibi constitutos, tametsi apud Vitruuiũ nil aliud fuerit diaulos, quã peristiliorũ quadratorum circumitio duobus stadijs definita. In ipsis etiã saltus, & disci exercitationes, quas palaestrae negauit Galenus (ut mea fert sententia) interdũ habebantur. Nona pars erant xysti, & xysta, nam utraq. apud graecos & Latinos non parum discriminis obtinent, si quidem xystos hi uocãt porticus tectas ubi athletae per hiemẽ & aestate, tempore luctationibus alieno, exercebantur: xysta autem subdiales ambulationes, ubi hieme tempestate leni e porticu prodeuntes, & aestate fere semper exercebantur, ac ambu-
C labant; atque has περιδρομίδας a Graecis nominatas scribit Vitruuius, quae duplices erant, aliae nudae, aliae platanis alijsue arboribus consitae ad praestandũ amoenitatem, atq. illis, qui a sole offendebantur, umbrã. de his loquebatur Plinius, dum platanos Athenis in Academiae ambulatione celebratas fuisse scribit: De ijsdem [lib.12.] quoq. Plinius secundus sermonem habuit quando in depingendis [Loco citato.] Tuscis ac Laurentina uillis suis xystos toties decantat. Nec alium lo- [In Oecon.] cum intellexit Ischomacus apud Xenophontem, quando ambulationem in xysto factam nominauit, sicuti nec Phaedrus apud Platonem, ubi ex Acumeni sententia salubriorem facit ambulationẽ in uijs, quam in cursibus sub hisce uerbis: Τῷ δὲ σῷ καὶ ἐμῷ ἑταίρῳ πειθόμενος Ἀκουμενῷ κατὰ τὰς ὁδοὺς ποιοῦμαι τοὺς περιπάτους. φησὶ γὰρ ἀκοπωτέρους τῶν ἐν τοῖς δρόμοις εἶναι, i. Tuo autem, & meo

socio obtemperans Acumeno, in uijs ambulationes facio, nempe D
quas minoré lassitudinem ijs, quae fiunt in cursibus, parere dicit. Id quod si Ficinus recte pensitasset, melius Platonis uerba in nostram linguam transtulisset, sed de hac re plura inferius, quando de exercitationum locis, tractabimus. Easdem ambulationes intellexit Iustinus martyr, cum in principio dialogi sui dixit: περιπατοῦντί μοι ἐν τοῖς τοῦ ξυστοῦ περιπάτοις, hoc est, ambulanti mihi in xysti ambulationibus, quod eius interpres haud exacte percepisse uidetur. Nemora, quae & in thermis publicis deputasse & in suis iuxta Neronianas diruptis aedificijs Alexandrum Seuerum fecisse scribit Lampridius, nulla alia fuerunt, quam platanones & xysta Graecorum.

De Balneis gymnasiorum, atque etiam de Stadio. *Cap. X.*

E



ECIMA gymnasiorũ pars fuit Balneũ, quã ob delicias, atq. sanitatem omnium maxime aestimatã fuisse certũ est, quamue cunctis alijs maioré, & pulchrioré exstitisse opinor ego, tum quia (ut Galenus sua tépora deplorat) omnes fere homines quotidie lauabantur, quod tépore Hippocratis, & antiquorum fere omnium usq. ad Asclepiadis & Pópeij aetatem, non erat quando ut scribit Hippocrates, & Galenus nondum
3. com. de uic. acut. publica balnea, aut priuata accómode aedificata uidebantur, rariq. & raro lauabantur: tum quia multis locis balnea indigebãt pro uarijs lauandorum cómoditatibus, quae necessario spatium maius requirebant, & ob id columnis, ac superbissimis marmoribus exstruebantur. ut interim non omittam quanta priuati uiri usi sint in pri-
Epist. 87. uatis balneis aedificandis magnificentia, de qua scriptum est a Sene F
ca, quod quisq. pauper sibi uidebatur, ac sordidus, nisi parietes balneorum magnis ac pretiosis orbibus refulsissent, nisi Alexandrina marmora Numidicis crustis distincta fuissent, nisi illis undiq. operosa, & picturae modo uariata circumlitio praetexeretur, nisi uitro conderetur camera, nisi aquam argétea epistomia fudissent. Ne statuarum, & columnarum nihil sustinentium ornamentum sileatur, quod Libertinorum balnea habebant, ut nil nisi gémas calcare vel-
lib. 6. lib. 1. Sil. lent. Etrusci balneum a Martiale, & Statio elegantissime descriptũ qui lectitarit, non poterit maiorum in exstruendis balneis magnificentiam, atque luxum satis admirari: sed de his satis. Vt autem de gymnasiorũ balneis paullo plenior habeatur cognitio, haec in praesentia solũ (quando iam Andreas Baccius Elpidanus multae lectionis atq. doctrinae uir post primã horum cómentariorum editioné

uniuer-

A ſam de Balneis materiam abſolutiſsime tractauit) explicabimus. Pri
mo, qualia eſſent, & quae loca balneis deſtinata: Secundo, quae ua
ſa, & aeris diſpoſitio, ubi lauabantur: Tertio, cuius gratia lauaren-
tur: Quarto, qui, & quando lauarentur: materiã enim, qua lauabã-
tur, plerumq. aquam dulcẽ uel pluuia collectã, uel ab aquae ducti-
bus, aut fluminibus, aut aliunde corriuatã omnes ſciunt. & quãuis
apud Galenum aliosq. ſaepenumero de medicatis balneorũ aquis
mentio fiat, illis tamẽ aegroti, aut ualetudinarij utebantur, nõ gym
naſia ingredientes, de quibus ſolis nos loqui intendimus. niſi im-
menſam Neronis & profuſam libidinẽ in medium adducamus, qui
dulcibus nõ contentus aquis, marinas teſte Lampridio, & Suetonio
atque Albulas in ſuas thermas deduci curauit. Loca balneũ uniuer
ſum cõſtituentia a Cicerone Balnearia uocata plurima fuiſſe repe- lib. 3. epiſt. ad Q. Fra. epiſt. 1.
B rio, frigidam lauationẽ ſiue λοῦτρον, frigidarium, tepidarium, ſuda-
tionẽ calidam, & calidam lauationem. Quae uero balneis inſeruie-
bant, fuerunt hypocauſtum, aquarium, & uaſariũ. Haec omnia lo-
ca cõcamerata & fornicũ modo fabricata fuiſſe cognoſcere poſsũt,
qui Romanarum thermarũ reliquias contemplari uoluerint. Nec
quis miretur a nobis hic loca plura balneorum recẽſeri, quam a Vi-
truuio deſcripta inueniantur, quoniã, quae ipſe deſcripſit, a Grae-
cis omnia fere accepit, quando Romani nondum thermarum ea
admiranda aedificia extruere coeperant, in quibus multo Graecis
laſciuiores, plura etiam loca diſpoſuerunt. Frigida lauatio, ſiue λοῦ-
τρον, locus erat, in quo frigidae aquae lauacra, & praeſertim piſci-
na, alias baptiſteriũ a Plinio iuniore uocitata, pro natationis uſu ab
auctoribus citata poſita erant, tum ob aeſtatẽ quando ſimilis laua-
C tio diligitur, tum ob eos, qui omni tempore illam proſequebantur
ſiue ob ualetudinem, ſiue ob delicias, qualis Alexander Seuerus,
quem rariſsime in caldarijs, fere ſemper in piſcinis lauiſſe ſcribit Lã-
pridius. De huius uſu plura apud Oribaſium ex Galeni ſentẽtia ui-
deri poſſunt in decimo collec. lib. auctor eſt Lampridius Helioga-
balũ numquã in piſcinis ſe lauari paſſum eſſe niſi illae croco, alijsue
pretioſis unguentis fuiſſent infectae. Ab hac aderat frigidarium ob
eos fabricatũ, qui ſtatim poſt egreſſum tepidarij, aut calidarij frigi-
do aere frui optabant: neq. enim ulla ibi aquae uaſa reperiebantur,
ut poſſent aeſtate plures conuenire. nõ defuerunt qui in hac parte
piſcinã pro natationis ſtudioſis, de qua copioſius lib. 3. tractabimus,
poſitã fuiſſe crediderint. At mihi ueriſimilius uidetur eam in frigi-
da lauatione, ubi alia frigida aqua ſeruabatur, exſtitiſſe, cum in fri-
gidario aquae nullius apud auctores mentio habeatur: In parte fieri

 poteſt,

poteſt, ut loturi exſuerentur quoque, tum quia apodyterium com- D
munis pro exercitatoribus ſpoliandis locus non parũ diſtabat, adeo ut loturos, ſi ibi ueſtimenta depoſuiſſent, nudos per ephebaeũ, frigidam lauationẽ, & reliqua loca tranſire neceſſum eſſet: tum q̃a probabile eſt in Ephebaeo homines ſaepius inueniri conſueſſe, a quibus loturos haud quaq. nudos cõſpici honeſtũ erat. ex quo ad haec omnia euitanda facile eſt in frigidario ſeſe exſuiſſe, eo magis quod Varro atq. Plinius teſtati ſunt, tam in urbibus quã ruri apodyteriũ quoq. fuiſſe balnei partem, quemadmodũ etiam Galenus atq. Oribaſius ſignificare uiſi ſunt, ubi qua hora iuuenis tẽperati corporis balneo uti debeat, exponentes gymnaſteriũ temperari debere mandarunt, quod nullum aliud eſſe poteſt, niſi frigidariũ ipſum: in quo & ſudores detergebantur. ſiquidem Galenus. x. Methodi libro partes balnei enumerans quattuor ſtatuit, calidarium, calidã lauationẽ, E
quam λοῦτρον uocat, frigidam lauationem, & quartam, in qua ſudores detergerentur: ſed haec potius coniectura, quã ullo certo iudicio intelligere conceditur. nec quiſquã hic dubitare debet quũ Vitruuius unã partem, Galenus aliã λοῦτρον uocent, quandoquidẽ non eſt rationi diſſentaneũ, utraſq. eo nomine deſignatas eſſe, cũ in ambabus homines lauarentur. Illud etiã hoc in loco commemorandũ eſt, publicas baleneas hanc partem admodũ uaſtam, & cuiuis peruiã habuiſſe, ita ut ueſtimenta eorum qui lauabantur, facile ſurripi poſſent, ob quos lege cautũ fuit fures balneorũ grauius eſſe plectendos quemadmodũ praeceteris copioſe docuit Ariſtoteles ſec. xxix. prob. xiiij. quamquã & capſa, reos uocatos in eum conducere uſum conſueuiſſe balneatores atq. alios ſciam ut ueſtimenta, lauãdorum a furibus conſeruarent, quod intellexiſſe puto Iuuenalem F
eo uerſu x. Saty.

> *Quem ſequitur cuſtos anguſte vernula capſae*

Et Ouidium lib. iij. de arte amandi.

> *Cum cuſtode foris tunicam ſeruante puellae.*
> *Certent furtiuos balnea multa iocos*

Et Martialem lib. 12.

> *Lintea ferret apro vacuus cum vernula nuper*
> *Et ſupra togulam luſca ſederet anus*

Frigidario adnexum tepidarium duobus hominũ generibus inſeruiebat, tum illis, qui tẽpore aeris aut aquae, vel vtriuſq. ob uoluptatẽ, ſiue ualetudinẽ frui uolebant, tum illis, qui aut frigida, aut calida lauari quaerebãt; hi etenim ne ab apodyterio ſiue frigidario ad calidarium, & rurſum a balneo calido ad frigidarium, ſeu frigidam

laua-

[Margin notes: 2 de re ruſt. | in pro. 5. epiſt. lib. 3. | de tu. uale. 10. col. c. 6.]

A lauationem tamquam ab extremo ad extremum prodeuntes horre rent, alterue offenderentur, tepidario pro medio quodam utebantur, in quo exeuntes de frigido, ſeu calido loco tamdiu morabātur, quouſq. ad alterum eorum citra noxam recipiēdum ſeſe diſpoſuiſſent. quamquam etiam fieri poteſt, ut in priuatis balnearijs tepidarium, & apodyterium idem locus fuerint, ob ſpatij paenuriam, uel quod ita maior commoditas haberetur. Cicero enim, cum Arpinatem uillam, quae iudicio Quincti fratris ſui aedificabatur, inuiſiſſet, ſe aſſa in alterum apodyterij angulum in balnearijs promouiſſe ſcribit. in quo ſatis aperte demonſtrat, apodyterium, & laconicū, ſiue calidam, aſſamue, ut ipſe & Celſus uocant, ſudationem coniun cta fuiſſe eo prope modo, quo nos tepidarium & laconicū coniuncta interdū fuiſſe ſaltem poſt Vitruuij tēpora opinamur, etſi is lib. lib. 3 epiſt. ad Q. F. ep. prima.

B v. cap. x. huic ſententiae omnino adſtipulari uideatur. Calidarium, quod a Vitruuio, & Celſo Laconicum nuncupatum fuit, cella erat nullā aquam intra ſe continens, ad prouocandum ſudorē potiſsimū inſtituta, & ob id a nonnullis calida ſudatio, ſicuti a Cicerone & Cor. Celſo aſſa nuncupata. de qua ſermonem faciens Columella, haec contra ſui temporis mores ſcripſit. Mox deinde ut apti ueniamus ad ganeas quotidianā cruditatē Laconicis excoquimus, & exucto ſudore ſitim quaerimus. In hac uapor calidus, ſeu calor ſiccus incluſus ſudorē prouocabat, haud aliter, ac ſuper Baias myrtetis, ubi tēpore Celſi e terra profuſus calidus uapor aedificio incluſus maximos ſudores ciebat. cuius Horatius quoq. meminit in Epiſt. ubi ait. Li. 5. c. 14. lib. 2. c. 16. li. 3. ad Q. F. epiſt. 1. In pro. li. de re ruſtic. li. 1. ad Vallam.

ſane myrteta relinqui
Dictaq. ceſſantes neruis elidere morbos
C *Sulphura*

Qui apud Vitruuiū Tepidarium, & Laconicum idem faciunt, uerba ipſius Vitruuij lectitantes facile cognoſcent, utraq. ab ipſo ſeparari, dum praecipit Laconicum, ſudationesq. tepidario coniungi, praeterquam quod manifeſte Celſus laconicū uocat, ubi calor ſiccus eliciebat ſudorem. quam condicionem tepidario minime conuenire quiuis intelligere ualet. id quod etiam clariſsime ſignificauit Martialis, balnea Etruſci deſcribens ſub his uerbis. lib. 5. c. 10.

Ritus ſi placeant tibi Laconum, Lib. 6.
Contentus potes arido vapore,
Cruda Virgine, Marciaq. mergi.

Scio quoque nonnullos, quod laconicum rotundum, ac ueluti turricula in hemiſphaerium camerata foret, idem cum ſphaeriſterio a nobis ſuperius explicato effeciſſe. quibus planę aſſentiri nequeo,

quoniam

quoniã mihi irrationabile uidetur, ut in loco calido ſudationibus aedificato ludũ pilae atq. alias exercitationes, quas in ſphaeriſtirio fieri cõſueuiſſe tradit Plinius, exercerẽt: fuiſſet namq. (ut eſt in prouerbio) camino oleũ addere, ſi exercitationes per ſe corpora ualde calefacientes in calidiſsimis locis egiſſent. De laconico poſſunt uerba Iuuenal. intelligi. ſi uerſus ita reſtituatur. quidquid dixerint alij: D

v. Epiſt. li.

Qui Lacedaemonium proptyſmate lubricat orbem:

nam taxat quendã qđ in Laconici ſolio copioſe exſpuẽdo efficeret, quo minus in ipſo pedes ambulantiũ firmari ualerent. Poſt Laconicum ſequebatur cella calida labris aquae cõtinendae poſitis referta. in qua qđ lauarẽtur, calidae lauationis a Vitruuio, & a Galeno λοῦτρον nomen adepta eſt. hanc puto Archigenẽ apud Galenũ viij. de cõpoſit. medicam. ſec. loc. uocaſſe ζεστόν. Erat nãq. primaria balnei pars, & proinde a nemine de ipſa quidquã eſt in cõtrouerſia poſitũ. E

x. Metho.

Cur Vitruuius in Balneis gymnaſiorũ conſtruendis nullã tepidarij mẽtionẽ faciat, cuius, dum priuatorũ balnea doceret, aperte meminit, nõ ſum admodũ certus. quoniã ſi illud ſub cõcamerata ſudatione intellexit, ſequeretur etiã in tepidario ſudari cõſueuiſſe, cũ tamẽ in ſuperiori capite ſudationes & tepidariũ diſtinxerit; ſi ſub calida lauatione tepidariũ ab ipſo cõprehenſum fuiſſe placeat. quomodo ergo calidaria, atq. tepidaria in decimi capitis eiuſdẽ libri initio tamquam diuerſa fecit? Itaq. dicendũ eſt forte concameratã ſudationẽ & laconicum, & calidã lauationẽ cõplecti; tepidarium uero omiſſum, quia Graecorũ palaeſtrae id non haberẽt. Quod porro ſcripſit Pollux libro ſeptimo, ἀλειπτήριον apud Alexim fuiſſe balneorum partẽ, nullo modo probare ualeo: cum idẽ alias ipſum inter gymnaſiorum partes adnumerauerit. niſi uelimus penes Antiquos βαλανεῖον ſignificaſſe totum gymnaſiũ ipſum. Atq haec ſufficiant de publicorum in gymnaſijs balneorũ partibus. Fuerunt & innumera fere priuatorũ balnea, quae, & aliquibus ex praedictis partibus caruiſſe, & alias habuiſſe ueriſimile eſt; ſed de huiuſmodi nõ eſt inſtituti noſtri uerba facere. Quae autẽ loca non eſſent intra balneas, ſed ipſis tantum inſeruirent, primo hypocauſtum cõtinebant, quod ſecundũ Vitruuij deſcriptionẽ erat fornax ſeu caminata ſtructura ſubterranea calidario, calidae lauationi, atque uaſario ſuppoſita, in qua ad calefaciendũ tum aquã, tum praedicta loca ignis ſuccẽdebatur, & ne exſtingueretur a ſeruis fornacatoribus ob id in Pandectis a Papiniano uocatis frequenter cum pilis, & glomis pice illitis excitabatur, de lignis autẽ in hunc uſum adhibitis narrat Plutarchus x. prob. lib. iij. ſympoſ. aediles cauiſſe ne ignis balnearũ ex olea ſuccende- F

cende-

A cenderetur neq. in eum conijceretur loliū, qđ horū nidores grauedinē capitis, & uertigines lauantibus inuehant praedictarum pilarum apud Vitruuium lib.v.cap.x. mentio clara habetur, ubi docet solum caldariorum ita sternēdum esse inclinatum ad hypocausim, uti pila cum mittatur non posit intro resistere, sed rursus redire ad praefurnium, atq. sic facilius flamma peruagari sub suspensione. De his loquebatur Statius in descriptione balneorum Etrusci. lib. 1. Sil.

Crepantis
Auditura pilas, vbi languidus ignis inerrat
Aedibus, & tenuem voluunt hypocausta vaporem.

Vnde cuiuis manifestum esse potest, in quā graui errore uersentur illi, qui Hypocaustū, & Laconicū idem fuisse crediderunt. Auctor est Seneca iij.nat.quaest.cap.xxiiij.nec non epist. x c I. tēpestāte sua B inuentos esse parietibus impressos tubos, per quos circumfunderetur calor, qui ima simul, & summa foueret aequaliter: illum uero calorem immitti consueuisse ex Hypocausto, & a Iurisconsultis memoriae mandatum est, & ab Ausonio in Mosella sic expressum:

Quid quae sulfurea substructa crepidine fumant
Balnea, feruenti cum Mulciber haustus operto
Voluit anhelatas tectoria per caua flammas,
Inclusum glomerans aestu expirante vaporem.

Horum autē tuborum uestigia adhuc quamplurima Romae cōspiciuntur in Diocletian., atq. Caracallae gymnasijs. Ante hypocaustum uia quaedā erat propnigeū, quasi dixeris praefurniū a Vitruuio uocata. Aquarium cella erat calidae lauationi, atq. calidario adC nexa, in qua alueus magnus aedificatus erat ad continendā aquā ex aquaeductibus, aut aliunde inuectam, atq. inde in frigidā lauationē, & calidā per fistulas corriuandā. Non lōge ab hoc situm fuit uasarium, ubi uasa cōseruabantur balneorū seruitijs necessaria, & ubi aqua pro ipsis calefiebat. de hoc ita tradidit Vitruuius: Ahenea uasa supra hypocaustum tria cōposita fuisse, unum calidarium, alterum tepidarium, tertiū frigidarium, & ita collocata, uti ex tepidario in calidarium, quātum aquae calidae exiflet, influeret, de frigidario in tepidarium ad eundē modū. De aere balneorū, qui extrinsecus admittebatur, (ut Vitruuius innuit) ea in calidissimo loco auerso a Septemtrione & Aquilone sita erant, tum caldaria atque tepidaria ab occidente hiberno lumen habebāt. Quod Oribasiū significasse puto, ubi ex Galeni sententia Architectos optimos balneorum domos ad octauam horam uersas cōstruxisse scribit. Sin autem natura loci impediuisset, utiq. a meridie lumen uero ita capiebatur, ut in lib.5.c.10. lib.9.coll. Cap.10.

medio

medio camerae foramē latū relinqueretur, sub quo labrū exstruebatur: circa labrū erāt spatiosi quidā margines, aut porticus, a Vitruuio scholae uocati, in qbus occupato a prioribus lauationis loco reliqui circūspectātes recte stabant, nec suis umbris lucē, q̄ superius capiebat, obscurare poterāt. De aeris porro intra balneū exsistētis statū a Seneca, & Plutarcho auctoribus grauissimis scriptū reperio, antiquiores mollibus, ac moderate calidis balneis usos, ita ut Alex. in lauacro ēt febriēs, Galatarūq. mulieres pultis ollas in balnea ferētes una cū pueris lauarētur, & māducarent; at eorū tēpēstāte maxime calidas in pretio habitas fuisse, adeo qđ de illis dicere licebat *Huc Cocytus, Phlegetonq. fluunt Acheronta petentes.* D

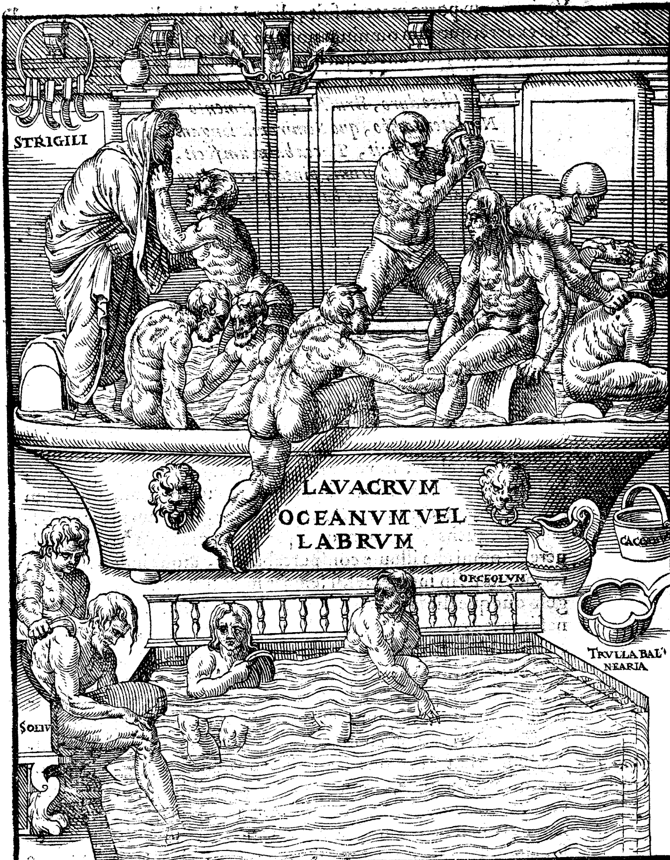
Epist. 87. lib. 8. sym. prob. 9.

Quales fortasse Neronianae thermae exstiterunt, de quibus Martialis sic scribit libro quincto.

Si temperari balneum cupis feruens E
Faustinae, quod vix Iulianus intraret,
Roga, lauetur, Rhetorem Sabineum,
Neronianas is refrigerat thermas.

Nihilominus tēpore Galeni, qui paullo post Senecā, & Plutarchū floruit, balnea usq. adeo calida in usu nequaquā fuerunt. Quinimmo etiā morē illū calidioribus utendi haudquaquā tunc omnibus cōmunem fuisse, sed aliquibus peculiarē, pro cōperto habeo: etsi Seneca testat̄ apud ueteres hoc quoq. nobilissimos aediles officio functos esse, intrandi ea balneorū loca, quae populū recipiebant, exigēdiq. munditias, & utilē ac salubrē tēperaturam procurandi: sed tempore suo illud in desuetudinē abijsse, ut balnea tunc similia incēdio forēt, narrat Plinius lib. 33. cap. 9. vt cōualescētes balnearū aestus tolerare possent salē linguae subditū praestitisse. Vasa quibus lauabātur, alia immobilia, alia mobilia fuerunt: Quae nō mouebantur, ex lateribus, & marmore fiebant, alueiq., & labra in calida lauatione, in frigida piscinae & baptisteria nūcupabantur: adeoq. magna erāt, ut etiā in ipsis aliquo pacto natare cōcederetur: atq. horū uestigia adhuc Romae in aliquibus thermarū ruinis cōspiciūtur: Quae moueri poterant, tametsi in priuatis balneis ut plurimū fierēt; attamē in publicis quoq., sed ob priuatorū forsan vsus, exstitisse opinor: & haec diuersas figuras habuerunt. alia quadratā, alia quadratā oblongā; alia rotundiusculā, alia oualē, sicuti nunc apparet ex uetustissimis, quae adhuc Romae supersunt. Hic autē unā dūtaxat formā damus, a Pyrrho Ligorio ex suis praeclarissimis rerū antiquarū monumentis cōmunicatam; quod eam & pulcherrimam, & pro multis rebus intelligendis sagaci lectori accommodatissimam putamus. F

Epist. 87.


STRIGILI
LAVACRVM
OCEANVM VEL
LABRVM
ORCEOLVM
TRVLLA BAL'
NEARIA

Varia eorum porro materia fuit, alia ex lapide, alia ex marmore, D
Lib.7. alia ex aere; quorum omnium nomina a Iulio Polluce scriptis mandata leguntur, fuerunt & qui lignea pro balneis lauacra facere tentarint, qualis Tucca a Martiale sub his uersibus derisus.
Lib.9.

Non silice duro, structili, ve caemento
Nec latere cocto, quo Semiramis longam
Babylona cinxit, Tucca balneum fecit,
Sed strage nemorum, pineaque compage
Vt nauigare Tucca balneo possit.

Tongillum quemdam ex Rhinocerotis cornu labrum fabricasse, crediderunt aliqui, his Iuuenalis uersibus adducti.

Sat.9. *Exitus hic est*
Tongilli magno cum Rhinocerote lauari,
Qui solet, & vexat lutulenta balnea turba. E

Sed eorum sententiam admodum probare nequeo, potiusq. credo sub Rhinocerotis nomine nasutum aliquem a maledico poeta notari. Finis, cuius gratia lauabantur, non unus exstitit. (de sanis loquor, & gymnasiorum studiosis; nam de aegrotantium, & ualetudinariorum lauationibus sermonem haberi non postulat locus) Primam balneorum institutionem semper fuisse existimaui, ut quotidianas sordes eluerent, possentq. mundo corpore cenare, qui singulis diebus lauabantur: antiquitus enim cum nondum lineorum pannorum, qui corpora a sorditie tuentur, usus inuentus: aut saltem infrequens esset; magnaq. ex parte corpora nuda ferrent a puluere, & omni alia illuuie conspurcabantur, atque inde uel saltem ter, quaterue in mense, uel, si semper mundi cenare gaudebant, singulo quoque die lauari cogebantur: quod posteriores, qui in gym- F nasijs ante exercitationes ungebantur, & puluere, ac sudoribus conspurcabantur, ad eluendas sordes factitasse semper, & ob id in ipsis gymnasijs balnearum usum inuectum rationi consentaneum est. sicuti namque primi illi locum, ubi iuuentus Romana exercebatur, Tiberi propinquum constituerunt, ne longius ad deponendas inter exercendum contractas sordes ire cogerentur, quemadmodum scribit Vegetius: ita, postquam gymnasia ob exercitationes instituta fuerunt, aequum erat, & balnea ibi ad mundanda corpora construere. Ab hoc autem usu etiam semel tantum in die cenandi, & in stratis dum cenarent accumbendi, ut inferius copiose demonstrabo, consuetudo introducta fuit. Posteriori tempore maiorem hominum partem balneis ob delicias, atque mollitiem usam esse clare constat, & praesertim tepidis, quibus exsiccatas, &

Libro 1. de re milit.

A ab exercitationibus, uel sole, uel frigore ardentes corporis partes attemperabant. Nec solum dulcibus aquis, sed & medicatis ob delicias usos homines testatur Galenus in principio tertij de medicamentis localibus. Balneis aliquos uti consueuisse, quod non possent, neque ferrent cibos capere nisi loti, auctor est Plutarchus, qui Titum Imperatorem hac de caussa interijsse, ex relationibus eorũ, qui aegrotanti ministrarunt, prodidit. Quod etiam qui inualidum ad concoquendos cibos uentriculum habebant, eius corroborandi, & cibos conficiendi gratia lauarentur, a Posidonio medico relatum est; ut non temere Plinius in medicos inuectus sit, quod persuasissent balneis ardentibus cibos in corporibus coqui, a quibus nemo non minus ualidus exiret, obedientissimi uero efferentur. Summatim ob quattuor causas balnea in usu exstitisse scribit Cle-

In libro de tu. ualet.

Aetius li. 6 cap. 10.

Lib. 29. cap. 1.

B mens Alexandrinus. ἢ καθαριότητος ἕνεκα, ἢ ἀλέας, ἢ ὑγίειας, ἢ τὸ τελευταῖον ἡδονῆς, siue ob corpora mundanda, tepefaciendaue, siue ob sanitatem, siue ob uoluptatem. Calidis balneis utebantur Maiores ad leuandas lassitudines, necnon ad corpora emollienda: quae ideo ἀθεσπωγναφεῖα uocarunt. Calidis & tepidis ad conciliandum somnum; Frigida lauabantur & ob uoluptatem, & ut robustiores redderentur, calorq. naturalis intro repulsus maior euaderet; ideoque fere post calidas balineas ea adhibebatur. quẽ usum primos omnium Euphorbum Iubae regis, & Antonium Musam Augusti medicos, fratres, monstrasse refert Plinius lib. xxv. cap. vij. Charmis quoque medicus Massiliensis, damnato calidorum balneorum usu, hiberno tempore etiam frigida lauari hortabatur, atque in lacus aegros mergebat, qua de re extat Senecae adstipula-

Lib. 3. paedag. c. 9.

C tio, sese phychrolutrem uocantis. praeterquam quod etiam (ut referunt Plinius, & Agathinus apud Oribasium (ad prorogandam uitam, multaq. alia praestanda, frigidam lauationem conferre opinati sunt; haec enim de seipso refert Agathinus. Equidem saepenumero a cena cum aegre in somnum delabor, propter aestum, in frigidam descendere consueui; & mirabile est quam iucundam noctem transigam. Qui balneas ingrediebantur publicas, ante decimum quartum annum nihil soluisse, testatur Iuuenalis.

Li. xxviij. cap. 4. li. x. collec. cap. 7.

Nec pueri credunt, nisi qui nondum aere lauantur. Sat. 2.

Alij quadrantem balneatori dabant, & ob id balneum rem quadrantariam uocauit Seneca, de quo Flaccus.

Dum tu quadrante lauatum
Rex ibis & Iuuenalis. Sat. 6.
Caedere Siluano porcum quadrante lauari.

Queritur

Lib.10. Queritur tamen Martialis, quod pluris sibi balnea constarent ubi D scribit, *Balnea post decimam lasso, centumque petuntur. Quadrantes.* Quod forsan uel ob diuturniorem moram, uel alterius rei gratia, & ipsi, & aliquibus alijs cõtingere poterat. Sat est, quadrantem commune pretium fuisse: quin & Antoninum Pium balneum sine mercede populo constituisse, tradit Iulius Capitolinus. propterea cũ ita uili pretio liceret, nullum genus hominum a publico balneo arcebatur: pueri iuuenes, uiri, senes, decrepiti, nobiles & ignobiles lauabantur: sed praecaeteris, phonaschos, cytharoedos, praecones, tragoedos, comoedos, frequentare balnea solitos refert Gal. quod uocem ob laesam, & assiduis uocibus exasperatam aquarum dulcium humectatione curabant, integramq. seruabant. Hoc similiter uidetur Martialis in his de Menophilo uersibus significasse. E

3 d comp. med. s.G.

Lib. 7.

Menophili penem tam grandis fibula vestit,
Vt sit comoedis omnibus vna satis.
Hunc ego credideram (nam saepe lauamur in vno)
Solicitum voci parcere Flacce suae.
Dum ludit media populo spectante palaestra,
Delapsa est misero fibula, verpus erat.

Qui Menophilus comoedus erat, & sicut ceteri, licet recutitus, infibulatus erat, atque saepe cum Martiale in communi thermarum balneo lauabatur. Mulieres Lacedaemoniorum in balneis gymnasiorum lauari consueuisse perspectum est, & nedum in his, uerum & una cum uiris promiscue: quod tamen non in cunctis euenisse credendum est, quando Hesiodus scriptor antiquissimus balnei muliebris mentionem ibi facit. F

In fine. 2. ope. & die.

Μηδὲ γυναικείῳ λουτρῷ χρόα φαιδρύνεσθαι.

ἀνέρα. i. neque in muliebri balneo corpus abluito, uir. Vbi &, faeminarum lauationes etiam antiquitus apud Graecos distinctas fuisse, & uiris eas ingredi ob salubritatem uetitum apparet: quod praeter turpitudinem etiam a corporibus muliebribus, ac menstruis recremẽtis effluxus quidam exeant, ut Proclus meminit. quibus si uiri inficiantur, tam per aquae communis, quam per solius aeris ingressum statim eorum sanitas inquinatur. An apud Romanos primis illis temporibus eadem utrumque sexum promiscue lauandi consuetudo fuerit, neque prorsus infitiari, neque affirmare audeo: quoniam ex una parte grauitati, atque priscae illi educationi Romanae minime conuenisse uidetur: ex altera Varronis testimonium mulieres una cum uiris si non eodem lauacro, eodem

saltem

A saltem loco etiam antiquitus lauisse comprobat, qui libro de analogia secundo tradit in balneo coniuncta fuisse aedificia bina, unum ubi uiri, alterum ubi mulieres lauarentur: praeterea, C. Gracchus in oratione de promulgatis legibus idem cōfirmare uidetur, cuius verba apud Gellium ita leguntur: Pudor enim nō patiebatur vtrūque sexum simul lauari, sed commoditas coniungi desiderabat. Nisi dicamus ista omnia non de publicis balneis, quae tunc uel nulla, uel angustissima, & uilissima exstitere, sed de priuatis esse intelligenda: quemadmodum forsan Vitruuius intellexit, ubi utriusque sexus lauacra coniungenda monstrauit. uerum enim uero posterioribus saeculis mulieres promiscuis balneis usas esse, quamplurium probatissimorum auctorum testimonijs comprobari potest, inter quos primo sese offert Iuuenalis, qui dissolutos Romanarum feminarum mores carpens haec scribit. Lib.10.c.3. Lib.5.c.10. Sat.6.

B

Grauis occursu, taeterrima uultu
Balnea nocte subit, conchas & castra moueri
Nocte iubet, magno gaudet sudare tumultu,
Cum lassata graui ceciderunt brachia massa
Callidus & cristae digitos impressit Aliptes,
Ac summum dominae femur exclamare coegit,

ex quibus neminem esse existimo, qui non uideat mulieres tempore Iuuenalis publicas balneas adiuisse, ibique & exercendo, & lauando sine pudore ullo se uiris immiscuisse. quod similiter eius tempestate Martialis confirmauit.

Omnia feminieis quare dilecta cateruis Lib.11.
Balnea deuitat Blitara? &
Cum te lucerna balnea or exstincta lib.3.in Vetustinam.
Admittat inter bustuarias moechas.

C

Clemens Alexandrinus, qui sub Antonino & Seuero floruit, in eo quem Paedagogum inscripsit commentario non modo feminas communes uiris balneas atq. publicas in usu habuisse testatur, sed omni pudore deposito externis quibusque libidinis gratia sese nudas in ipsis spectandas praebuisse. Quos mores postea detestans Caecilius Cyprianus haec in libro de uirginum habitu scripta reliquit. Quid uero quae promiscuas balneas adeunt: quae oculis ad libidinem curiosis pudori ac pudicitiae dicata corpora prostituunt, quae cum uiros, ac a uiris nudae uident turpiter, ac uidentur, nonne ipsae illecebram uitijs praestant. Cui sententiae multa etiam simillima a D. Hieronymo in Epist. ad Laetam de filiae institutione fuere prodita. His itaque omnibus cuiuis perspectum esse potest, lib.3.c.5.

non pauco tempore eum morem & Romae, & alibi perdurasse, ut D feminae atque uiri in promiscuis balneis lauarentur: quando etiã non defuerunt qui interdum hanc mulierum impuram procacitatem coercere tentarint: qualis fuit Hadrianus princeps, quem scribit Dion Cassius uiros discretos a feminis lauari uoluisse: sicut & Marcum Aurelium Antoninum balnea promiscua sustulisse, eademque ab Heliogabalo renouata Alexandrum Seuerum prohibuisse, refert Capitolinus & Lampridius. Ob quod item aliquando censoria lex lata traditur, ut mulieres a promiscuis balneis abstinerent, nec commune lauacrum cum uiris libidinis caussa intrarent, sub repudij, & dotis amissionis poena: quod postea in l. fin. titul. de repud. & in autentico de nuptijs pro sancito receptum fuit. Qua ratione fieri potest, ut balneae aliquae muliebres in feminarum dumtaxat usum fuerint exstructae, quales Agrippinae E Augustae Neronis matris: necnon Olympiadis in Saburra, & quas Ampelidem, ac Priscillam trans Tiberim ad euitandum forsan hominum conspectum habuisse refert Victor. Tempus lauandi penes ueteres, quemadmodum narrat Seneca fuit, quod quotidie bracchia, & crura abluebant: tot nundinis solum lauabantur. Ceterum post M. Pompeij aetatem coeperunt singulis diebus toto corpore lauari. Hora uero usque a temporibus Homeri fere a pluribus obseruata fuit paullo antequam cibus sumeretur. nõ deerant tamen Galeni tempestate, qui etiam a cibo nulla ualetudinis habita ratione lauarentur. ob quod ipse rigorem sine febre uisum tempore suo narrat, quem aetate antiquiorum medicorum, cum rari post cibum lauarentur, non esse uisum scribit. Vt plurimum autem maior pars liberorum hominum prius exercebatur, deinde balnea F ingrediebantur, nonnulli sine exercitationibus lauabantur. Adnotauit Galenus, antiquos post pilae ludum calidis balneis lauari consueuisse: quod similiter ante illum inuenisse Martialem eo uersu uideri potest.

Epist 87.

Lib. de tre. rig. & spos.

In libro de paruae pilae ludo.

Lib. 4.

Redde pilam, sonat aes thermarum, ludere pergis?
Virgine vis sola lotus abire domum.

Nam dum hora balnearum appropinquaret, tintinnabulo quodã significabatur, quo pilae lusores, atque alij exercitatores statim accurrerent: alioqui in gelidissima Virgine, quam & tactu iucundissimam, sicut haustu Marciam, refert Plinius, iam clausis thermis lauabantur. scribit enim Capitolinus, ante Alexandri Seueri tempora numquã thermas ante auroram apertas fuisse, & semper ante solis occasum claudi consueuisse, ipsumq. Imperatorem publicarum

lib. 31. c. 3.

thermarum

A thermarum luminibus oleum addidisse, quo & in nocte paterent.
Non me latet quosdam alijs horis lauisse, sed uel extra gymnasia,
uel in gymnasijs gratia alicuius affectionis, aut alterius rei uel con-
suetudinis, ut scribit Martialis de Fabiano. Lib. 5.

Lassus ut in thermas decima, uel serius, hora
Te sequar Agrippae, cum lauer ipse Titi. Hoc certum
est, quod Vitruuius loco citato memoriae mandauit, tempus lauan
di maxime a meridiano ad uesperum fuisse constitutum. cum enim
semel dumtaxat in die saturarentur Maiores, nullum tempus hoc
ipso opportunius habebatur, quod circa octauam diei horam paul-
lo ante coenam erat, ut Martialis testatum reliquit.

Sufficit in nonam nitidis octaua palaestris, & Lib. 4.
Octauam poteris seruare, lauabimur vna. Lib. 11.

B Hadrianus Caes. referente Spartiano ante octauam horam nemine
nisi aegrum lauari uoluit, quam horam etiam Iulium Caes. priori-
bus saeculis seruasse, conijcere possumus ex Epistol. Cicer. ad Atti- Lib. 13. Ep.
cũ, ubi de Caesare loquens, haec ait: Ille tertijs Saturnalibus apud ultima.
Philippum ad horam septimam, nec quemquam admisit, rationes „
opinor cum Balbo; inde ambulauit in littore, post horam octauã „
in balneum, tum audiuit de Mamurra, non mutauit; unctus est, ac- „
cubuit, ἐμετικὴν agebat, itaque & edit, & bibit ἀδεῶς, & iucunde. „
Sed an perpetuo illam uitae rationem seruaret Caes. haud clare ex „
eo loco habetur; quando eius solius diei rationem exponit, in qua
is secundum multorum consuetudinem uomere destinauerat, atq.
ob id ἀδεῶς. i. sine timore, & iucũde ederat, biberatque, ut (quod
erat medicorum praeceptum) uarij generis potu, ciboq. repletus Hippoc. in libr. de sal.
C posset, dum iret dormitum, uomere. ita namq. locus ille (ἐμετικὴν dieta & ibi
agebat) intelligi iudicio meo debet: quod sicuti διαιτητικὴ a Grae Gal.
cis simplici uocabulo dicitur ea medicinae ratio, quae in rebus ad
humanum uictum spectantibus sita est, & κενωτικὴ, quae ad exina-
nitiones pertinet; haud secius ἐμετικὴ, est illa ἀγογὴ, siue ratio,
quae in rebus, & modis uomitum parantibus collocata est. Tot ita-
que de balneis gymnasiorum, ac priuatis breuiter dicta sufficiant,
quorum usus cum apud antiquiores rarior esset, Asclepiades Pru-
siensis aetate Pompeij orator habitus ex illa arte nullum quaestum
trahens, cum ad medicinam se contulisset, in eaque magnam glo-
riam, & auctoritatem breui comparasset, ob blandimenta, quibus
aegros curabat, ob perpetuam sanitatis firmitatem, & quod Romae lib. 2. c. 6.
quendam pro mortuo ad sepulturam elatum miro gentium stupo- 27. na. hist. cap. 3.
re, ut Celsus, Plinius, & Appuleius tradiderunt, uiuere cognouerat, 4. Flor.

 eum

eum frequentiorem reddidit. Vndecima, ac omnium postrema in gymnasijs pars fuit Stadium, ubi populus cum uoluptate athletas certantes: spectabat: nilq. aliud erat, quam hemisphoerium quoddam, multis gradibus constructum, unde poterant commode spectatores, qui semper plurimi eo confluebant, certatores intueri. an autem inter ipsum & xystũ seu peridromidas murus intercederet; atque inde per ostium ex platanonibus gymnasiorum athletae in arena stadij prodirent, & si a Vitruuio nil explicatum habeatur, rationi tamen consentaneum uidetur, uniuersum aedificium, ne cuiuis pateret (quod etiam supracitati Capitolini testimonio comprobari potest) muro conclusum, & propterea a gymnasio stadium muri septo diuisum fuisse. De alijs gymnasio fere necessarijs locis, ueluti lignario, uasario, latrinis, triclinijs, atque eius generis multis non loquor, quod horum in palaestrarum descriptione mentio non habeatur, ad nostrumque institutum minus pertineat; sicut nec quomodo ambulationes illae substratis carbonibus, atque cloacis proximis exstruerentur. Quae omnia tamquam clara, aut alibi commodius explicata, a Vitruuio in describendis xystis praetermissa puto. Iuxta publicas thermas inuenio exstructas fuisse popinas, quas Isidorus lib. etymolog. xv. cap. ij. tradit huic inseruisse, ut, qui ob exercitationes, aut lauacra essent admodum exinaniti, dissolutiue, haberent, ubi statim refici possent. atque has forsan Plinius intellexit Epist. iij. lib. j. quando post balneum, & triclinia popinarum meminit. Hactenus de antiquorum gymnasijs. D E

De accubitus in cena antiquorum, & semel dumtaxat in die cenandi consuetudinis origine. Cap. XI. F



QVONIAM balneorum explicatorum occasio iam suadet, nosque supra polliciti sumus de cenandi semel in die, & in cena accumbendi antiquorum consuetudinis origine sermonem habere; & si extra rem nostram uideatur, atque a Galeno de accubitu nihil explicatum habeamus: haud praetermittendum est, quin sententiam nostram in medium proponamus, alias eam libentissime mutaturi, siquis meliori iudicio, ac eruditione praeditus, ueriorem aliquam, & magis rationi consentaneam demonstrauerit. Quod etenim maiores nostri mane exiguum quid comederent, quod prandium uocabant, & uespere tantum saturarentur, dum cenare dicebantur, (exceptis ijs, qui coitu usuri erant, quibus a medicis uespere cenare interdictum fuisse

A fuisse scripsit Aristoteles, & exceptis Syracusanis, quos bis in die cibis impleri, quasi res noua esset, tradit Plato) satis ab Horatio, Martiale, Plutarcho, atque Galeno (ne multos alios nominem) comprobatum est: sed de his fusius & melius in uarijs lectionibus nostris tractatum est. quod similiter fere omnes dum cenabant in stratis accumberent, praeter lapides Romanos id clare ostendentes, doctissimus Philander in suis in Vitruuium commentarijs auctorum antiquorum testimonijs clarum fecit, ut id amplius demonstrandi laborem mihi omnem dempserit. Ceterum undenam hae duae consuetudines principium acceperint & quomodo uere accumberent nemo, quem ego uiderim, siue ex antiquis, siue ex recentioribus ita apposite & diligenter declarauit, quin posteris dubitandi, & plura desiderandi occasionem reliquerit. Quod an ob B rei obscuritatem, an ob neglectum euenerit, ignoro. Ego sane utrasque illas, & accubitus scilicet, & unius in die cenae consuetudines a balneorum usu manasse existimo. & primo ut ita de accubitu sentiam, pluribus, ijsque non spernendis coniecturis adducor, quarum prima est, quod Homeri tempore, quando non adeo frequenter balneis utebantur, cenaturi sedebant, ut in conuiuio Procorum apparet. 5. partic. Prob. 32. Epist. ad Dionem.

ἐς δ' ἦλθον μνηστῆρες ἀγήνορες, οἱ μὲν ἔπειτα 1. Odyss.
ἑξείης ἕζοντο, κατὰ κλισμούς τε θρόνους τε: id est,
At proci ingressi sunt, qui mox inde superbi
Ordine sederunt scamnis, & ordine thronis

& ubi Telemachus, eiusq. socius a Menelao hospitio accepti post lotionen cenant sedentes.

C ἐς ῥα θρόνους ἕζοντο παρ' Ἀτρείδην Μενέλαον: id est,
Thronis sedebant prope Atridem Menelaum,

sicque tempore maioris Scipionis, ac Plauti crescente paullatim balneorum usu, una quoq. huiuscemodi accubitus incrementum, praesertim apud Romanos cepit; neque tamen multum, quando scilicet uiri tantũ, & non mulieres, ut Vitruuius, Valerius Max. & Isidorus ex Varrone testati sunt, accũbebant, nec cum ipsis lauabantur, & si Tyrrhenos una cum mulieribus ὑπὸ τῷ αὐτῷ ἱματίῳ accubuisse legatur apud Athenaeum. Nam & Aristotelis tempore Graecos discubuisse in publicis cenis credi potest ex eius in 7. Politic. scriptis, ubi puerorum institutionem tradens Iunioribus praecepit, ne tragoedias, aut iambos audirent, priusquam in commensationibus cum alijs discumbere (κατακλίσεως uoce utitur) ualerent: a Pompeij uero Magni aetate usque ad Galeni, 20. Etym. .. dip. nos.

atque etiam Constantini Imperatoris tēpora, cum in frequētissimo D
usu balnea essent, non solum penes diuites, atq. nobiles, uerum etiā quoscunque alios, tunc omnes fere, atque etiam mulieres cenantes simul accumbebant, sicuti hisce uersibus innuit Ouidius.

2. de arte amandi.

Ergo vbi contigerint positi tibi munera Bacchi,
Atque erit in socij femina parte thori. &,

lib. 1. amorum. Eleg. 4.

Cum premet ille torum, vultu comes ipsa modesto
Ibis, vt accumbas.

lib. 2. c 2.

& sicuti Valerius idē de aetate sua scribit. Quamquā apud Graecos numquā mulieres accubuisse iij. Verr. tradit Cicero, & apud Romanos diuerso situ mulieres a uiris accūbentes cenasse rationi consentaneum est: nō solum, quod honestatis, atq. dignitatis utriusq. ratio ita postulasse uidetur, sed quia in Romanis lapidibus, in quibus mulieres cū uiris accūbentes repraesentantur, illae certe figura qua- E
dam ab ipsis aliquo pacto diuersa, quasiq. sedentes, & nulli alteri rei cubitis innixae accūbentes, & edentes cōspiciuntur. At quo pacto uiri accūberent, operae preciū me facturū auguror, si postquā locus inuitat, breuiter explicuero. Viros .n. scribit Plutarchus, in principio cenae cubito sinistro innixos pectoribus (ita interpretor πλατεῖς) mensam, ut plurimū tetigisse: quo sola dextera manu illā circumire possent, in fine uero se ipsos in latus ita, ut acutā corporis figurā, redderēt, uertisse. οὐ κατ' ἐπίπεδον, ἀλλὰ κατὰ γραμμὴν τῆς χώρας ἁπτομένους. i. non secundum latitudinē, sed longitudinē locū tangentes. Quam etiam rem Alexander ille, siue sit Aphrodisiensis, siue Trallianus, ut magis suspicor) libro problem. primo probl. 82. clariorem facit: ubi inter alias caussas, ob quas ueteres in principio cenae arctius accumbebant, hanc esse unam putat, quod tunc F
ἐπὶ τὸν θώρακα καὶ τὰ πλάτη τοῦ σώματος disponebantur: satiati uero ἐπὶ τὰ πλάγια uertebantur. ita, quod ubi edebāt, capite erecto ac humeris, spina uero dorsi modice reflexa, ac reliquo corpore resupine locato, & iacente manebant. dum autem multa loqui uolebant in latera uersus auditores uertebantur, ob quod Iuuenalis.

5. Sympt. Prob. 6.

Nam plurima dixit

Saty. 4.

In laeuam conuersus, at illi dextra iacebat
Bellua; sic pugnas Cilicis laudabat, & ictus
Et paegma, & pueros inde ad velaria raptos.

saturati pariter interdum unū in latus, nōnumquā supra dorsum supini, saepe more sedentiū sese cōponebant. Sertoriū enim cū molestas importunorū cōuiuarum rixas, & fraudulenta conuicia auersaretur mutata discumbendi forma sese supinū locasse, atq. inde facilius

A cilius ab iniquißimis, qui in eum coniurauerant, conuiuis trucidatum esse in ipsius uita narrat Plutarchus. Quod accubitus in mēsis apud ueteres hunc in modū fieret, praeter allata scriptorū testimonia locupletißimā fidē unicuiq. facere possunt duae, quas infra ponendas curauimus, picturae, quarū alteram ad tripodē coenātium, ut plerumq. solebāt, Ligorius maximae auctoritatis antiquarius ex uetustis monumentis cōmunicauit, alteram ex antiquißimo, & omnium rarißimo marmore, quod in Paulli Rhamnusij uiri optimi, ac bonarū litterarum, omniūq. pulcherrimarū rerū studiosißimi, luculentis aedibus Patauij conspicitur, accurate, & fideliter repraesentari fecimus. Ex hac nāq. postrema, nō modo sententia nostra, de uera accubitus forma, quā primi forsan omniū Romae Octauio Pantagatho, Onuphrio Panuino, alijsq. grauißimis uiris, & postre-
B mo Patauij Ligorio, absq. marmoris ullius testimonio, ac sola coniectura proposuimus, librorumq. auctoritatibus tutati sumus, apertißime confirmatur, quaeque fuerint ueterum triclinia perspicuo cognoscitur, immo uero Lambini, ac aliorum qui ex ingenijs accubitū uarijs modis describere aggreßi sunt, opiniones refelluntur, simul plura scriptorū obscura & praeclara loca illustrantur, ut non immerito debeant cuncti bonarū artiū, & antiquitatis amatores in primis doctißimi uiri Io. Baptistae, qui lapidē cōparauit, Manibus; tum Paullo Rhamnusio filio, qui eum egregie custodiuit, & nobis indicauit, immortales gratias agere. Etenim ei qđ Plutarchus de loco cōsulari, nec nō de tribus tricliniorū lectis disseruit, iam non obscurū est, quā mirifice quadret proposita triclinij Rhamnusiani fi- 1. de symp. probl. 3.
C gura. Similiter, & q̄ ab Horatio de cōuiuarū situ uarijs in locis narrantur, nō aliunde melius intelligi possunt, p̄sertim quādo scribit.

Saepe tribus lectis videas coenare quaternos Lib. 1.
E quibus vnus auet, quauis aspergere cunctos Sat. 4.
Praeter eum, qui praebet aquam.

Quem locū dum Lambinus exponeret, cur antiquos cōsueuisse in quolibet lecto magna ex parte quaternos cenare palam asseruerit, sane miror, quasi non sit cuiq. perspectißimum, ut narrat Varro, leges exstitisse quae numerum conuiuarum nouē excedere, nec pauciores tribus esse uetabant, sicut & adagium illud uulgatißimum, septem conuiuiū, nouē conuiciū, attestatur. Quinimmo Iulius Capitolinus refert L. Verum Imperatorē praeter exempla maiorum, cum duodecim solemni cōuiuio primum accubuisse, ita ut prioribus saeculis potius ternos, atque pauciores adhuc singulo lecto conuiuas discumbere solitos fuisse conuincatur: nisi epula publica, &

nuptiales cenas excipiamus, in quas cum magna hominũ copia con D
5. Symp. 5. ueniret, nequaquã accũbentiũ numerus seruari poterat, ut ex Plutarcho, ac Rhamnusiano lapide colligitur, quo uel epulũ publicũ, uel nuptialẽ coenam repraesentari non est dubitandum, ut ob hoc Chaerephon apud Athenaeũ in vj. uideatur admittere conuiuas triginta dũtaxat in nuptijs, in quibus uerisimile est necessarium fuisse uocatorem illum cuius meminit Seneca lib. iij. de iv. cap. xxxvij. & qui secundum cuiusque dignitatem conuiuas ad loca debita uocabat. Quod autem Turnebus, & Lambinus idem de puero aquam praebente sunt interpretati, equidem non improbo. at forsan nec absurdum fuerit, si Flacci uerba de eo puero exponãtur, quem tam omnes fere mensarum sculpturae antiquae, quam poetarũ testimonia cõuiuijs semper frigidam, & calidam praebuisse ostẽdunt, quẽque cunctos, ne ab ipso male tractarentur, reueritos esse, & a quo E mordẽdo abstinuisse uerisimile fit. Iam uero Maria Magdalena ut stans retro pedes Christi coenantis lauerit, atq. Ioannes supra eiusdem Christi pectus recubuerit, ex hac eadem Rhamnusiani triclinij figura, secus quam pictores antiquarum rerũ ignari faciant, & quã Gaietanus Cardinalis inutiliter commentatus est facile conijcitur, etenim hebreos, ac Christum accumbendi Romanorum consuetudinem obseruasse praeter Architriclini accubitusq. nomen in Euãgelijs saepe usurpatum etiam id testari potest, quod uidi frequẽter Romae conuersarentur, similiterq. Romani in Iudea, ac in usu positum sit ut populi principum mores frequenter aemolentur, neq. pariter, arduum est percipere quid Martialis significare hoc distícho uoluerit.

lib. 5. *Omnia cum retro pueris obsonia tradas* F
Cur non mensa tibi ponitur a pedibus?

Siquidem cenantibus alte iacentibus spacia retro relinquebantur, in quibus seruis uaria ministrantibus multa offerre, & ablata recipere facile erat, seruos namque ad pedes cenantium stare solitos ex multorum scriptis intelligere licet. Seneca lib. iij. de beneficijs. Seruus qui cenãti ad pedes steterat, narrat, quod inter cenam ebrius
„ dixisset. Martialis. Mixto lagenam ad pedes replet uino. Suetonius
„ in Galba. cap. 22. Inter cenam uero usque eo abundantem, ut con
„ gestas super manus reliquias circumferri iuberet spargique ad pedes stantibus, sed praeter alia mox dicta, triclinium hocce tria non adeo uulgata monstrat nobis. Vnum est, quod memoriae prodidit Varro. scilicet quo tempore usus camerae ignorabatur, uela ad excipiendum puluerem ne super mensas spargeretur, atque dapes

simul

A simul conspurcaret, & conuiuas, solita in triclinijs suspendi atque ab Horatio aulaea uocata, his carminibus designari.

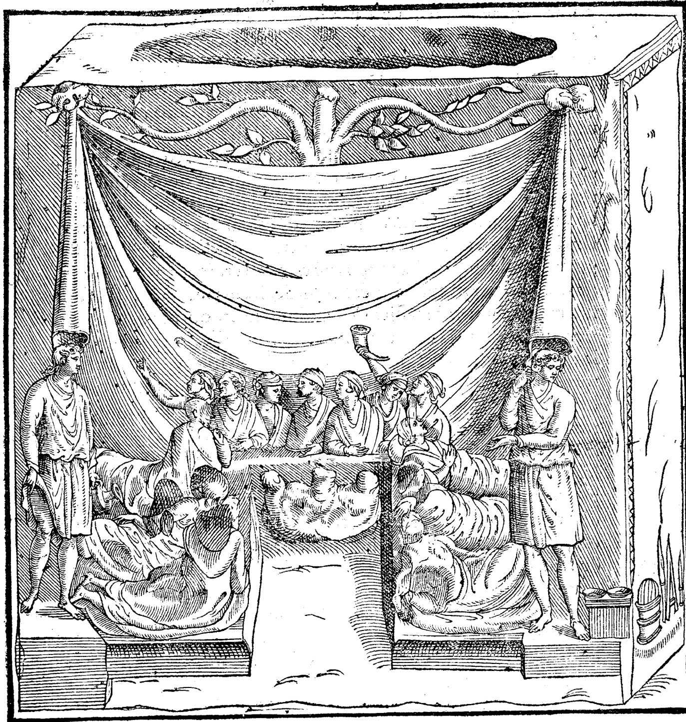
Interea suspensa graues aulaea ruinas
In patinam fecere, trahentia pulueris atri
Quantum non Aquilo campanis excitat agris.

quem morem hodie Principes & Monarchas seruare compertum est: apud quos, mensas sub quibusdam ueluti tentorijs sericeis parari saepe uidemus. Alterum est, quod in uarijs nostris lectionibus docuimus, priscis illis temporibus priusquam coronae ex floribus, herbis, & auro in usum uenirent, cenaturos, cum ad dolores capitis ex cibo & potu auerruncandos, tum ad ebrietatem compescendam, laneis, aut lineis uinculis tempora & frontem uincire solitos. quod minime puto absq. ratione fuisse excogitatum, cum B uenae arteriae, caeterique capitis meatus, quo magis coacti, atque adstricti sunt, eo minus uapores a uino, & cibis sursum elatos, simulque molestias uarias inducentes recipiant. Tertium est, id quod luculentissime Athenaeus tractauit, apud quem scriptum & probatum inuenitur, priscos illos primum cornibus boum potasse, indeque κεράσαι, id est temperare uinum aqua ἀπὸ τῶν κεράτων id est, a cornibus uocatum esse: tum cornua illa non solum auro, & argento ornata, uerumetiam argentea, & aurea esse facta, illisque conuiuas sibiipsis mutuo propinare consueuisse: ut ex his omnibus iure colligendum uideatur, lapidem Rhamnusianum esse uetustissimum, in quo & aulaea, & conuiuarum cinctae laneis, seu lineis uinculis frontes, & cornu facta propinatio clarissime repraesentantur, una cum alijs instrumentis nonnullis in dex- C tro margine expressis, quae alijs, in antiquitate explicanda magis uersatis, relinquo declaranda; quos etiam monitos cupio, ne si quae discumbentium, & mensarum figurae in hoc ipso triclinio minus integrae conspiciuntur, ulla admiratione capiantur, quoniam ut est hodie marmor ipsum uetustate corrosum, & pene deletum, repraesentare satius duximus, quam addentes aut dementes quicquam, fidem nostram suspectam reddere.

Dipnosoph. 11.




ACCVBITVS



MARMOREVM TRICLINIVM VETVSTISSIMVM Pattauij, in Ædibus Rhamnusianis, post Curiam Vrbis Praefecti, in vico Patriarchae, ad Diui Petri.

Nunc itaq. ad id quod supra proposuerã rediens dico, cũ & lauãdi, D
& accũbendi mores simul introduci, augeriq. coeperint, verisimile fieri, alterum eorũ ab altero ortum duxisse: non autẽ est dicendũ ab accubitu balnea utpote ualde antiquiora, ortũ duxisse: igitur remanet ut accubitus a balneis principiũ habuerit. Secunda ratio est, q̃d ueteres usq. ab Homeri tẽporib. statim post balnea coenitabãt, quinimmo ex locis Homeri a nobis supra citatis clare elicitur, mensas prope locũ ubi lauabantur, parari solitas fuisse. ex quo si cõmoditatis, uoluptatis, ac ualetudinis rationes cõsideremus, ualde rationi cõsentaneũ erat, illos praesertim, quibus priuata erant domi balnea, iam lotos, & detersos, ne noxã ullã incurrerent, sed lassitudinẽ effugerẽt, lectulos ingredi, a quibus nõ discederẽt, sed mox prope mensas, & coenã parari curarẽt, sicq. comederẽt, perinde ac tẽpestate nostra maior pars eorũ medicorũ faciẽdum iubet, qui aut ualetudina- E
rios, aut etiã sanos lauari mãdant, nã κλισμοὶ illi, in quibus procos lotos Homerus sedere facit, dũ coenant, haud multũ lectulis accubitorijs dissimiles erant, ut hinc quoq. conijcere ualeamus, tunc accũbendi morẽ principiũ quoddã obscurum habuisse; quod posterioribus deinde saeculis paullatim crescens in eam formã terminatum
li.14.c.22. sit. Nã & Plinius hoc innuere uoluisse mihi uidetur, quãdo nõnullos uino nimiũ deditos improbat, quod post balnea lectos ingredi prius, tunicamq. induere nõ paterẽtur; sed nudi protinus ad bibendũ accurrerent. Accedit tertia ratio, quod cum neq. ob uoluptatẽ, cõmoditatẽue ullã aliã, aut honestatẽ ita accũbere inchoarint, quãdo si sedẽtes, atq. accũbentes in cenando inuicẽ cõparemus, illi ualde maiori cõmoditate, facilitate, dignitate, ac honestate utũtur, quã accũbentes: conijciendũ uidetur aliqua alia iusta ratione cõsuetudi- F
nẽ illã inuectam fuisse, quae opinione mea, nulla alia fuit, nisi quia quotidie lauabantur; a lotione ne offenderentur, lassitudinemue incurrerent, & humectatione balnei magis fruerentur, lectos ingrediebantur, atq. ibi uel lacerna alias ueste nuptiali uocata induti, uel nudi, ut in marmoribus aliquibus ostenduntur, mensas sibi ipsis apparari iubebant. Ex quo paullatim huiuscemodi cõsuetudine crescente factum fuit, ut non modo semper mensae, & lecti simul pararẽtur, uerũ etiam magnum dedecus foret, si quis coenans nõ accubuisset, ut ex hisce Plauti in sticho uerbis colligitur, potius in subsellio Cynice accipiemur, quam in lectis, & ut Martialis significauit, ubi Syriscũ damnat, quod in popinis sellularijs non accũbens coenaret. Quod si quis sentẽtiae nostrae id refragari uelit, q̃d uerisimile nequaquã uidetur in epulis publicis, in nuptijs, in cenis pri-

uatis,

A uatis, semper balnea ante cenam adhibita, ut eorum gratia in lectis accumberent; & quod magna pars hominum in publici balneis gymnasiorum lauabantur; in priuatis uero domibus cenabant; unde necesse erat exeuntes ab ipsis indui, & praeterea minime credendum esse, artifices, & omnes denique, qui accumbendo cenabant, semper antea lauisse, quando praesertim, ex Plauto, Terẽtio, & ex lapidibus Romanis scitur accubituris soccos & soleas detrahi solitum. quod argumentum est, eos non semper a balneis tunc discessisse, & quãdo similiter constat triclinia a balneis separata fuisse, atque lectos accubitorios, & cubicularios, in quibus dormiebãt, diuersos exstitisse. Huic primo respondeo, minime mihi constare, quod omnes indiscriminatim semper accumberent, uti certum est de nobilioribus, atque ditioribus, qui priuatas domi balneas habebant, quando Horatius priuatam sui ipsius uiuendi rationem exponens, accubitus nullam mentionem fecit, & quando Martialis eos qui in sellularijs uocatis tabernis comedebant, minime accubuisse significat, ubi de Syrisco in hunc modum loquitur, lib. 1. Ser. epist. 6.

B

Infusum sibi nuper a patrono
Plenum Maxime centies Syriscus
In sellariolis vagus popinis
Circa balnea quattuor peregit.
O quanta est gula centies comesse.
Quanto maior adhuc nec accubare?

Sed esto quod accumberent, quin etiã omnes lauarentur, minime negari potest, cum uel rarissime, uel numquam de accubitu apud auctores mentio habeatur, quin lotionẽ quoq. aliquo pacto nominari appareat. De publicis epulis, atq. nuptialibus conuiuijs, fateor quidẽ omnes in stratis tunc accubuisse: haudquaquam tamen iure quis infitiabitur, quod etiã quilibet ante separatim, aut simul in priuatis, aut publicis balneis non lauaretur; immo uerisimile fit, accessuros ad publica, uel priuata amicorũ cõuiuia prius se lauisse, ne sordibus in die necessitate quadã contractis infecti, ceteros mundiores perturbarẽt, & propterea ipsis numquam non stratos fuisse lectos, iam uero soleas, & sochos accubituris detrahẽdi mos certũ argumẽtum est prius sese lauare consueuisse, an ne inter eundum a balneis ad lectos pedes conspurcarentur ijs tegere consueuisse, dumque accumberent semper detraxisse, ac forte Apostolos lotos, dum ad cubitum cum Christo irent neque soleas, neque sochos quibus minime utebantur habuisse propterea audiuisse a Christo sese quidem lotos fuisse, sed ut pedes lauarentur indiguisse. Addo huic nequaquam

C

quam

quam me ſentire poſterioribus ſaeculis omnes propterea accubuiſ- D
ſe cenãtes, quia ſtatim e balneis exirent, ſed exiſtimo accubitus originẽ inde emanaſſe, quoniam antiquiores balneis egredientes ad iam contractam, aut futuram laſsitudinẽ uitandam poſt modicum tẽporis interuallũ lectos intrarent, atq. ibi modo nudi, modo lacernis, alijsue in id paratis ueſtibus induti cenarent, atq. inde mox aucta balneorum cõſuetudine uſq. adeo accumbẽdi morem creuiſſe, ut nobiliores in delicijs maximis eum habẽtes, lectos nunc marmoreos, nunc argentos (quod de Heliogabalo ferunt) in id ſeparatim exſtrui curarint, neq. in ijs, in quibus tamen quã plures, (ut de Lucio Vero Imperatore tradit Capitolinus, & pſertim pauperes dormire conſueuiſſe puto) ſed in cubicularijs uocatis dormire uoluerint. quẽ morem accumbendi poſtea uiliores, & pauperes ad ditiorum imitationẽ, tam a balneis quã illoti, ita frequentiſsimum eſſe E
lib. 11. de re ruſt. c. 1. cerũt, ut Columella praecipere coactus ſit, ne uillicus niſi ſacris diebus accũbens cenaret; in qua re non ſecus cõtigit, ac eueniſſe cõſpicitur in balneis, atq. plurimis alijs rebus, quae in honeſtũ uſum, & quaſi neceſsitate quadã primũ repertae, deinceps ad luxũ, laſciuiã, uoluptatẽ, aliosq. uſus traductae fuerunt. Quis eſt, qui neſciat ueteres in cõuiuijs oẽs prope excogitaſſe uoluptates, nihilq. reliquiſſe, quod ad deliniendos animos faceret: ſic enim ſermones cõuiuales ad animi intelligentias afficiendas magno ſtudio inuenerũt, ad auditum oblectandũ muſicae uaria genera adhibuerunt, unguẽta pre
3. Symp. Prob. 1. 6. de ſimp. cap. de anetho. 2. Paeda. cap. 8. tioſiſsima odoratui dicarunt, ſicut, & coronas ex folijs, floribusque cõtextas, quas modo manibus, modo collo, modo capite ut lapides Romani, Plutarchus, Galenus, & Clemens Alex. teſtantur, tenebãt; quo fragrãtia, & colore naribus, atq. oculis arriderent, ſomnũ conciliarent, ebrietatẽ uitarent. quantũ porro cibis, & potibus delicatiſsimis cõquirendis ſtudiũ adhibuerint, nõ modo fidẽ faciunt ſex- F
li. 7. ca. 15. decim illa eduliorum genera, ut ex Varrone refert Gellius, a longinquis regionibus Romã aduecta, atq. alia quamplurima a Iulio Polluce nominata, uerũ etiã multa, & prope innumera Auctorum de re coquinaria cõmentaria ab Athenaeo citata. De antiquorũ in die ſemel tantũ ſeſe cibis implendi cõſuetudine, eius etiã opinionis ſum, ut cũ ad emundanda corpora quotidie ante cibos, ut ſuperiori capite diximus, ueteres lauari cogerentur, & a lotione lectos ingrederentur, uix ſemel comedendi in die otiũ ipſis ſuppeteret: quoniã ſi priuata cuiuſq. negotia ſpectemus, ſi & exercitationũ, & balneorum, accubitusq. apparatum cõſideremus, magna tẽporis pars ipſis in ſumitur, ut ſi bis in die ſaturari uoluiſſent, aut negotia omittere,

aut

A aut balnea interdum uetre pleno adire, aliosq. multos errores, & in ualetudine, & in alia uitae ratione cōmittere fuissent coacti. Comedendi uero horā, & modū balneorum tēpore, atq. cōmoditate metiri institutum fuisse possumus a Galeno intelligere, qui si interdū ob aegrotantiū inspectiones tardius se lauandum dubitabat, panē mane sumebat, quo cenae tempori sufficere ualeret; quando alij simili de caussa, panem, uinum, oliuas, aut quid aliud capiebant, uti non modo Galenus fassus est, sed etiam Horatius, ubi de se scribit. 6.de tu.ua.

Pransus non auide, quantum interpellet inani
Ventre diem durare.

Quod porro uespertinam horam cenae dedicarint, in caussa fuisse praecipue uitae commoditatem existimo; siquidem difficile fuisset post exercitationes, balnea, & cibum, agēdis rebus operam nauare; B praeterea cum accumbentes cenarent, alij statim somno capiebantur, alij modico temporis spatio uigilantes dormitum ibant: ex quo ad haec omnia nulla opportunior hora quam uespertina inueniebatur, quamquam etiam nonnullos, & praesertim medicos in hoc ualetudinis quoque rationem spectasse opinor, quando in nocte melius, quam interdiu, cibi conficiuntur, tuncque perspicuum est plus edendum, quando plus coquitur. Haec sunt quae de accubitus, & cenae antiquorum origine mihi παρέργως dicenda uolui.

De Auctoribus Gymnasticae, & gymnasiorum ministris. Cap. XII.

C QVEMADMODVM ceterae artes proprios auctores habuerunt, qui earū facultates, regulas, atq. usum scriptis mandarūt: similiter gymnasticā illis nequaquā caruisse cōstat qui & ipsam uoluminibus illustrarint, & ab obliuione uindicarint; sed factū est, ut quam iacturā plurimae res hominum subierunt, isti quoq. auctores fecerint, quando quidē hisce tēporibus neminem eorum habemus, quos Galenum, atque alios antiquiores uidisse, ac lectitasse certo scimus. Quis etenim aetate nostra Hippocratis, Dioclis, Praxagorae, Philotimi, Erasistrati, Herophili, & Asclepiadis de hac re scripta, a Graecis, atq. Latinis auctoribus citata uidit? quorum praeclarissima cōmentaria nisi hodie desiderarentur, forsan haec ars, quae iam dudum pene abolita est, nō minus ceteris dignitatis, atq. splēdoris haberet; neq. nos hunc laborē ad lucē eam reuocādi assumeremus: praetereo Theonis de hac eadem libros, Diotimi gymnastae de exercitationibus, & sudoribus a Theophrasto celebrata cōmentaria: quibus dū nos carere cōsidero, non

non magnopere commoueri nequeo, atque interdum etiam ab incepta opera ualde deterreri, sed haec dimittentes iam gymnasiorum ministros declaremus, inter quos primum locũ tenebat gymnasiarchus, cuius munus erat toti gymnasio praeesse, & ueluti princeps quidam omnia moderari, tempus, & horas praescribere, ordinem ponere, & alia denique quae ad artium, & locorum publicorum principes spectant, sedulo curare: hunc Lydus paedagogus apud Plautum gymnasij praefectum uocauit his uerbis: Ante solem exorientem nisi in palaestram ueneras: Gymnasij praefecto haud mediocres poenas penderes. Ex quo loco gymnasiarchum colligitur in adolescentes, si quid peccassent, animaduertere magno Imperio consueuisse: ut etiam clarius in amatorio Plutarchus docuit. de hoc & Cicero in sexta Verrinarum: Demoliendum curauit Demetrius gymnasiarchus, quod is loco: illi praeerat. Secundum locum habebat xystarcha. hic ambobus xystis, stadio, & denique cunctis athletarum exercitationibus praeerat, ut scriptum reliquit Tertullianus in libro ad martyres, & ut ex inscriptione conijcitur, quae Romae in foro Traiani in basi statuae Graecis litteris notata a nobis sic latine reddita est.

In Bacc.

D

E

DEMETRIVM.HERMAPOLITAM.ALEXANDRINVM. PANCRATIASTEM. PERIODI. VICTOREM.PALAESTRITAM.ADMIRABILEM ALIPTAM.PONTIFICEM.TOTIVS.XYSTI.PERPETVVM. XYSTARCHAM. BALNEIS. AVGVSTI. PRAEFECTVM. PATREM.

M.AVREL.ASCLEPIADES.QVI.ET.HERMODORVS. ALEXANDRINVS. HERMOPOLITA MAGNI. SERAPIDIS. AEDITVVS. PANCRATIASTES.PERIODI.VICTOR.ALIPTA.QVEM NEMO. DETRVDERE.POTERAT.INCVLPATVS.XYSTARCHA. FILIVS. PONTIFEX. TOTIVS.XYSTI. PERPETVVS. XYSTARCHA.ET BALNEIS. AVGVSTI. PRAEFECTVS.

F

Ab hoc, sententia mea, diuersus fuit Praefectus luctae a Galeno ἐπιστάτης παλαίσματος uocatus, qui perinde, ac Paedotriba quidam luctantium dumtaxat magister erat, cum xystarchus plurium exercitationum moderator, uictorumque & omnium praemiorum decernendorum iudex foret. nominatur, & ab Hippocrate παλαιστροφύλαξ, nos custodem palaestrae dicere possumus; quod

6. Epidim. sect.8. prope finem.

non

A non solũ ipse luctaretur, uerũ etiã palaestra curam haberet. Agonistarchã uero eũ fuisse puto, qui certaminũ publicorũ pfectus esset, quiue & in amphitheatris, & in gymnasijs, ubi athletae in publicos ludos prodituri prius exercebantur, munus suum obibat. eius habetur mentio in hac uetusta inscriptione a Ligorio mihi cõmunicata.

APOLLINI. INVICTO
SACRVM
M. AVRELIVS. M. AVG
LIB. APOLLONIVS
AGONISTARCHA. COM-
MODIANVS.

B Post hos aderat Gymnastes, quẽ Galenus secundo de tu. ual. uoluit magistrum omniũ exercitationũ exstitisse, qui eorũ uires, ac potentias ad sanitatẽ cõducẽtes callens, quo modo fieri deberent, quã diu, & q̃ quibus cõuenirent, tam athletas, quã ceteros oẽs exercitatores edocebat; eo qđ uel medicus esset, uel medico in multis par, ut ex Platone xj. de legibus colligitur. ubi si quis seruũ aegrũ medico, aut gymnastae uẽdat, nõ esse redhibendũ uult, quasi uterq. languẽtes sanis dignoscere scire debeat, immo Basilius hom. in Hexameron xj. de hominis natura aeque Gymnastẽ, ac medicũ speculari, & quaerere solitũ docet. hũc Xenophon, ut refert Iulius Pollux, Progymnastem appellauit, Plato uero Paedotribam, referẽte Galeno, uocare maluit. is enim in tertio de republica Herodicũ medicum qui primus gymasticam medicinae iunxit, Paedotribam nomina- In lib. ad Thras.
C uit, & in Protagora ita scriptum reliquit: ἔτι τοίνυν πρὸς τούτοις εἰς παιδοτρίβας πέμπουσιν, ἵνα τὰ σώματα βελτίω ἔχοντες ὑπηρετῶσι τῇ διανοίᾳ χρηστῇ οὔσῃ. i. Praeter haec adhuc ad paedotribas mittunt, ut corpora meliora habentes menti bonae exsistenti inseruiant. Galenus tamen in consilio pro puero epileptico paedotribas rudes, & bardos, ac ex ignaris hominibus electos fuisse tempore suo, tradit. Brogymnasios uidetur Seneca epist. 83. eos uocasse qui simul exercẽtur uocabulo (quod equidẽ sciam) nulli alteri usurpato, quãquam Muretus progymnastas legendũ maluerit in suis ad eum locum notis. Ἀλείπτην quoque ab Aristotele 2. Ethic. cap. 6. a Paulo Aegineta ἰατραλείπτην, & a Latinis Aliptam hunc eundem uocatum reperio: si quidem Celsus, ubi dixit sanum hominem nullis sese legibus obligare debere, neque medico, neque alipta egere; nullum alium nisi gymnastam intelligere uoluit; sicuti etiam lib. 3. c. 47. lib. 1. c. 1.

Cicero

Cicero in epistola quadam ad Lentulum, in qua haec scripta repe- D
riuntur: Sed uellem non solum salutis meae, quemadmodum me-
,, dici, sed etiam, ut aliptae, uirium, & coloris rationem habere uo-
,, luissent. Ex quo clemens Alexandrinus vj. Strom. dixit, sanitatem
,, per medicinam, bonam uero corporis habitudinem per alipticam comparari: quamquam etiam aliquando pro unctore ipso, uel pro unctorum magistro aliptam accipi sciam: ut apud Plutarchum in libro de tuenda ualetudine, & Coelium Aurelianum saepius uidere est. quo in casu Hippocratem ἐξαλείπτην potius dicere uoluisse, notat Galenus in linguarum explanatione. Post Gymnastem erat Paedotriba, qui licet secundum Platonem ab eo differre non uideretur, Galenus tamen eos ualde diuersos fuisse scribit, dum Gymnastam medico & Imperatori, Paedotribam militi, & coquo assimilat, merumque gymnastes ministrum nuncupat. nam sicuti miles nihil eorum, quae ad bellicam scientiam pertinent, & coquus eorum, quae ad medicinam, nouit, sed alter Imperatoris, alter medici dumtaxat mandata exsequitur, pariter Paedotriba exercitationum omniũ facultatem ignorabat, gymnastaeque praecepta solum faciebat, utpote qui & usum, & differentias, & modum exercitationum experientia quadam calleret, sed ob ignorantiam saepenumero aberraret, ut innuere uoluit Galenus in libello de puero Epileptico, ubi dixit, difficile fuisse prudentem paedotribam inuenire. Hanc gymnastae, & paedotribae differentiam Aristoteles quoque philosophus cognouisse uidetur, dum 8. Politicorum concludit, Adolescentes gymnasticae atque paedotribicae tradendos fore: quarum altera qualem quendam facit corporis habitum, altera operationes; & quarto Politic. loco antea citato dicit: μηδὲν ἧττον τοῦ παιδοτρίβου καὶ τοῦ γυμναστικοῦ παρασκευάσαι τε, καὶ ταύτην ἐστὶ τὴν δύναμιν. Gymnastes itaque erat praefectus exercitationũ, paedotriba uero minister, & panifici, coquo, ac aedificatori proportione respondens, facere panes, obsonia, aedes scientibus quidem, minime tamen, quid in ipsis optimum sit, quid non optimum, intelligentibus, quamue facultatem ipsorum unumquodque ad sanitatem haberet, non dignoscentibus. Haec duo nomina apud Homerum non exsistere narrat Galenus: quod, ut antea declarauimus, semina dumtaxat artis gymnasticae tunc temporis apparebãt, neque ars ad regulas ac formam redacta, & proinde neque artifex, & minister erant. Aderat & Sphaeristicus, eorum, qui pila ludebãt, institutor, ac ueluti paedotriba, quiue, secundum Galenum, omnem pilae iactum, exceptum, repulsumue callebat, minime tamen, quem

In lib. ad Tharf. (margin, beside "Paedotriba, qui licet…") — E (right margin, beside "milat, merumque…") — Cap. 3. / F (margins, beside "operationes; & quarto Politic.") — li. 2. de tu. ual. (margin, beside "institutor, ac ueluti paedotriba")

A quem corpori affectum parerent hi, noscebat. Aderant serui fricandis corporibus destinati, qui ad praescriptum gymnastae, aut paedotribae modo nudis manibus, modo unctis, modo cum linteis alias duris, alias mollibus, alias asperis, alias mediocribus, uario, ac diuerso modo, prout opus erat, corpora fricabant. Post hos erant & reunctores ita a Plinio, ac Celso nuncupati, quod corpora iam exercitata ungerent, reungerentue. hos, fuere qui crediderint, a Paulo Aegineta ἰατραλείπτας uocatos: sed decepti sunt, cum alium fuisse ab his ἰατραλείπτην ostenderimus. Mediastini quoque gymnasijs ministrabant pauimenta euerrentes, necnon multa alia pro seruitijs gymnasiorum obeuntes. Pyrrhus Ligorius inter alia antiquitatis eius praeclarissima monumenta hanc inscriptionem habet, in qua Mediastinorum fit mentio. lib.3.c.45.

B

DIIS. MANIBVS. S.
TITO. FLAVIO. OLENO
SERVO. ET. PROCVRAT
BALNEI. T. FLAVI AVG
VCT. MEDIASTINO
VIX. ANN. XC. MEN
VII D. VIIII.
T. FLAVIVS. T. L.
POLYMNESTVS.
MEDIASTINVS
AVG. N. FAC. CVR

C Aderant serui balneares, lotos in balneis primo cum spongijs, modo purpura tinctis, ut refert Plinius, modo candefactis, deinde cum linteis exsiccantes. hos quoque arbitror ego consueuisse strigilibus corpora exercitatorum distringere, atque a strigmentis depurare. Aderant pilicrepi, qui sphaeris pice oblitis curabant, ne ignis balneorum exstingueretur. quidquid alij dicant, qui pro pilicrepis lusores pilae, utpote obstrepentes intelligendos putant, male sententias Martialis & Statij, de quibus nos locis suis loquemur, interpretantes. Alipili, qui (ut refert Seneca) ad uellendos ab aliquibus corporis partibus, & praesertim alis pilos adhibebantur: nisi uelimus, ut docti uiri censuerunt, pedicrepos, & alipedos apud Senecam legere, quasi in gymnasijs essent, qui a pediculis homines purgarent, & inter occidendum ipsos magna uoce singulos enumerarent, ita Ep'st.57.

ut

ut Seneca ab huiuſcemodi uocibus offenderetur. quorũ tamẽ ſentẽ- D
tiã non probo, quod Iuuenalis certo teſtatũ faciat, fuiſſe in thermis, qui ab alis pilos auellerent, ubi ſeruos ſuos deſcribens Perſico ait:

Nec pugillares defert in balnea raucus
Sat. 11. *Teſticulos, nec vellendas iam praebuit alas.*

Atque hos modo uolſellis ad id obeundum uſos eſſe: nunc reſina, (hanc enim in euellendis uirorum corporibus pilis maximum honorem obtinuiſſe confitetur Plinius) nunc pſilothris, opinor. quan- lib. 14. cap. 20. lib. 29. cap. 1. do narrat Suidas in conlectaneis, Ephoros, morum apud Lacedaemonas cenſores, coactos aliquando fuiſſe, lege, & edicto cauere, ne in balnea inferretur pix, utque omnes depilatores exploderentur. Ianitores quoque gymnaſiorum unum quodque habuit; Fornacatores, de quibus ſupra locuti ſumus. Miniſtrabant praeterea gymnaſijs uariarum rerum uenditores, ut poſſent illi, qui in ipſis uerſa- E bantur, & cupiditatibus, & neceſſitatibus ſatisfacere. inter quos adnumerantur a Seneca libarij, hoc eſt, ut prudenter notat Rhodiginus, liba uendentes, botularij, cruſtularij. &, quoniam inter exercendum ſaepe uulnera, contuſiones, contorſiones, luxationes, multaque alia fieri ſolent, ob id gymnaſia medicos ſimiliter habuiſſe opinor, qui mane & ueſpere huiuſmodi caſibus occurrendi, atq. medendi gratia praeſto adeſſent, quemadmodum & in ludis, ſeu publicis ſpectaculis. quod eo magis uerum puto, cum Romae inuẽtae ſint hae duae antiquae marmoreae inſcriptiones, quibus medici ludi Matutini, & ludi Magni explicata habetur mentio.

DIS. MANIBVS F
M. CALPVRNIO. M. F. MEN
VOSENNIO
VIX. ANN. XXX. M. IIX
M. CALPVRNIVS. M. F. MEN
HILARIVS. MEDICVS
LVDI. MAGNI
FRATRI. PIISSIMO. FEC

EVTYCHVS. AVG. LIB. NERONIANVS. MEDICVS. LVDI
MATVTINI. FECIT. SIBI. ET. IRENE. LIB. CONIVGI
CARISSIMAE. BENEMERITAE. ET. LIBERTIS
LIBERTABVS. Q. POSTERIS. Q. EORVM

Qui

A Qui autem essent ludi Matutini, & Magni, ita proditum inuenio, quod spectacula, quae ad populum fiebant, partim mane, partim post prandium, quod in urbe publice dabatur populo, edebantur. Mane belluarum inter se, & hominum cum belluis certamina proponebantur, ut ex Seneca epist. vij. necnon in fine tertij libri de Ira cuius perspectum esse potest. Post prandium hominum inter se pugnae committebantur: quod genus gladiatorium munus apud Historicos saepe nominatum inuenitur: de quo etiam meminit idem Seneca epist. vij. Illos, qui aduersus bestias certabant, bestiarios; gladiatores autē meridianos a Suetonio in Claudio uocatos, facile est intelligere. Cur autem meridianum spectaculum sit uocatus ludus magnus, existimo caussam; quia maior pars spectatorū confluebant ad uidenda hominum, quam bestiarum certamina; ut iure omnes,
B & praesertim Seneca hanc populi in spectandis homicidijs delectationē sint insectati. Non est tamen illud ignorandū, scholas quasdā Romae magnos, & matutinos ludos esse uocatas, forte quod in illis meridie, in his mane homines exercerentur. Concludo igitur gymnasia hos omnes habuisse ministros, gymnasiarcham loci principem, xystarchum, athletarum magistrum, gymnastam omnibus exercitijs praefectum, atque non ignobilem, cum eorum facultates pro sanitate, modum, & tēpus utendi ac alia dignosceret. Subiecti gymnastae multi erant ministri, paedotriba qui palaestrae ministrabat, exercitationibus luctae praefectus, spaeristiricus, fricator, reunctor, & mediastinus, pilierepus, alipilus, Ianitor, fornacator. Atque haec de gymnasijs antiquorum a nobis satis dicta sint.

C *De trium gymnasticae specierum differentijs, bellica, legitima siue medica, & vitiosa seu athletica.* Cap. XIII.


QVICVMQVE artem, aut rem aliquā sibi exacte tractandam proponunt, operae pretium est, ut non modo illius naturam, atque singulas condiciones explicent, uerum etiam illam ab alijs, quae similem naturam perinde, ac nomen obtinere uidentur, ita distinguant, ne lectores aequiuocatione decepti uel circa res ipsas insigniter decipiantur. & ideo cum nos gymnasticam ueram tractare proposuerimus, quae medicinae pars esse definita iam a nobis fuit, aliaeq. sint gymnasticae circa eadem fere uersantes. necessum arbitror de his ipsis sermonem facere, quo habito possit diuersitas omnium facillime internosci. repetentes igitur quae superius diximus, tres statuimus gymnasti-

cae totius species gymnasticam ueram seu legitimam (ut Galeni D
more loquar) bellicam, tertiam uitiosam a Galeno nuncupatam: hae omnes licet circa easdem fere humani corporis exercitationes tractationem, operationemque habeant, nihilominus finibus, quorum gratia singulae institutae sunt, magnopere, sicut etiam supra monstrauimus, differunt. Nam gymnastica simplex & medicinae pars id solum curat, vt homines exercitationum moderatarum ope; & sanitatem acquirant tueanturue; & bonum habitum adipiscantur; ὁμολογῶ (dicebat Plato) μὴ τὰ πολλά, ἀλλὰ τὰ μέτρια γυμνάσια τὴν ἕξιαν ἐμποιεῖν τοῖς ἀνθρώποις, idest, Fateor haud multas, sed moderatas exercitationes hominibus bonum habitum inserere.

In lib. de Philos.

Hoc ita esse quoniam Galenus tũ in libello ad Thrasibulum, tum in libris de tuenda ualetudine non minus copiose, quam luculenter demonstrauit, & nos quoq. superius aliqua ad hanc spe E
ciem pertinentia declarauimus, haud amplius in ea celebranda uerbis immorabor, sed ad Bellicam transibo: cuius unũ dudũ erat homines pueros atque etiã apud nonnullos mulieres earundem exercitationum adiumento ita disponere, atque aptare, ut & in bello sese fortiter gerere, & hostes propulsare, & patrias tueri, & omnem denique militarem peritiam tenere ualerent. quamuis enim haec quoque sicut & superior bonum corporis habitum compararet, & sanitatem quodammodo tueretur, quia tamen proprius illius finis erat homines bellis gerendis idoneos atque fortes efficere, propterea eandem nõ esse satis aperte constat. quod uero bellica gymnastica nullam aliam naturam habeat praeter a me explicatam, locupletissimum testem Platonem in medium afferam, qui in septimo de legibus (postquam declarauit iuuenum, & puerorum edu- F
cationem maiorem partem in rebus pub. obtinere) decernit publicos magistros habendos, qui gymnasticam pueros, atque puellas, & uirgines edoceant, quod ad assequẽdam militarem peritiam, nil melius palaestrica & saltatoria gymnasticae partibus inueniatur, id quod etiam elegantissime in tertio de repub. & alibi saepe prosecutus fuit. Post Platonem Aristoteles similiter gymnasticam bellicam in octauo Politicorum expresse indicauit, ubi tam eas, quae athletarum habitudinibus corpora iuuenum deformare, & eorum augmentationem impedire student Ciuitates, quam Lacones efferatos laboribus adolescentes efficientes reprehendit, eamq. pueris gymnasticam tradendam consulit, quae mitioribus laboribus, & magis mansuetis exercitationibus illos robustos, & in bellicis negotijs uere fortes reddere queat. de hac gymnastica clare locutum

Ga-

A Galenum non reperio, nisi uelimus ipsum dum legitimam celebrat sub ea istam comprehendere, quod & ipsa bono habitui comparando incumbat, licet ad bellicam peritiam & aptitudinem cuncta sua studia dirigat; atque illi qui medicinae gymnasticae operam nauant, etiam dum oportet, bellica uti ualeant. Vegetius inter latinos quantopere conferret haec gymnastica militiae, quomodoque addiscenda, atque exercenda sit, in suis de re militari libris luculenter edocuit: ut non sit ulli dubitandum, quin huiuscemodi ars apud Graecas, & Latinas nationes in pretio habita fuerit. Praeter has duas est etiam gymnastica alia uitiosa, & athletica a Galeno nuncupata, quae hominibus robustis efficiendis (talis enim fuit Milo Crotoniata, & athleta ille, quem Olympiodorus quarto metheorolog. cap. de duro & molli τὰ ξύλα comminuere solitum scri-
B psit) quo in certaminibus uincere, & praemia, ac coronas mereri possent, operam nauabant, quamue pluribus nominibus apud auctores uocatam inuenio. Nam Graeci modo ἀγωνιστικὴν, modo ἱερὰς ἀγῶνας, modo ἀθλητικὴν, modo γυμνικὴν appellant. Latini alias gymnica certamina, alias sacra, alias ludos, alias gymnicos ludos, alias athleticam artem dicunt. Prout huiuscemodi certamina in honorem alicuius Deorum celebrabantur, uel sacra certamina, uel ἱεροὶ ἀγῶνες dicebantur: eorumq. exercitatores aliquando sacrorum certaminum athletas uocatos inuenio, ut apud Xenophontem in libro de dictis & factis Socratis: ὥσπερ οἱ τῶν γυμνικῶν ἀγώνων ἀθληταὶ ῥᾳδίως πρωτεύσαντες ἀμελοῦσι τῆς ἀσκήσεως, idest, Quemadmodum gymnicorum certaminum athletae facile primas tenentes, exercitationem contemnunt, alijs uero nominibus uoca-
C bantur, quando aut in amphitheatris, & circis ad oblectandum populum peragebantur; aut in gymnasijs, uel alijs publicis locis exercitationis gratia dumtaxat fiebant, nomen hoc tamen omnes secundum Iulij Pollucis sententiam huiuscemodi certatores commune habuisse reperiuntur, quod athletae ut plurimum uocati sunt simplici nomine uel a fine, qui ἆθλον, siue praemium erat, cui operam nauabant, uel ἀπὸ τοῦ ἄθλου idest a certamine nisi potius (quod maluit Galenus) dicamus nomen illud ἀπὸ τοῦ ἀθλίου, siue ἀπὸ τῆς ἀθλιότητος deductum, ad significandam huiusce generis hominum incredibilem miseriam, quod tamen non est necesse credere. Dixi quoscumque exercitatores tales gratia praemij certantes simplici nomine athletas appellatos, quoniam Plato etiam in gymnasticae bellicae professoribus interdum eo nomine, sed non simplici utitur, immo fere semper aliquid apponit, sicuti in 3. de Repu. ubi

Lib. 2.

In suas a ad 60. ar

ubi athletas ueros a bellicis distinguens ita inquit: κομψοτέρας δέ τινος ἦν δ' ἐγὼ ἀσκήσεως δεῖ τοῖς πολεμικοῖς ἀθληταῖς, οὕς γε ὥσπερ κύνας ἀγρύπνους τε ἀνάγκη εἶναι, idest, Elegantiore quadam exercitatione, inquam ego, athletis bellicis opus est, quos tamquam uigiles canes esse necessarium est. & rursum septimo de republi. τὸ δὲ δ' ἐννοῶ λέγων ἅμα, οὐκ ἀθλητὰς μέντοι πολέμου ἔφαμεν τούτους ἀναγκαῖον εἶναι νέους ὄντας; idest, hoc autem inter dicendum mihi in mentem uenit. Nonne belli athletas iuuenes esse debere diximus? Atque alibi similiter. Ex quibus omnibus apparet, quod, ubi Plato athletas appellat gymnasticae bellicae exercitatores, semper apponit, πολεμικοῖς, uel πολέμου, uel aliud, ut in fine septimi de legibus, τοῖς παρ' ἡμῖν ἀθληταῖς, non ob aliam rationem, nisi ut eos ab athletis ueris distinguat. Quare concludens dico, primae, & secundae gymnasticae professores numquam proprie athletas uocari, sed tantum professores tertiae, quo nomine uere proprie palaestritas, pugiles pancratiastas ceteros, gratia praemij certantes, minus proprie uocatos fuisse confitetur Galenus primo de alimentorum facultatibus libro. qui palaestritae, & reliqui, cum id solum propositum haberent, ut ad certamina se compararent, in quibus interdũ totum diem, aut luctari, aut παγκρατιάζειν cogebantur, iccirco cibo indigebant corruptu & euaporatu difficili, cuiusmodi est cibus ex suillis carnibus, quibus soli ueri athletae uescebantur, atque tales erant, qui in ludis, in amphitheatris, & etiam in alijs locis ob praemium, & gloriam certabant, in hoc a ceteris diuersi, quod solum uincere, & coronam assequi studerent, cum alij uel bono habitui corporis acquirendo, & sanitati tuendae; uel militari fortitudini, & peritiae acquirendae intenderent, quos simpliciter gymnasticos, & exercitatos, uel athletas bellicos nuncupari inuenio. ex quo colligitur alium esse simpliciter athletam, alium simpliciter gymnasticum, necnon tres fuisse artes in exercitationibus uersantes communi nomine gymnasticae uocatas, quarum medica omnibus magis proprie ita dicta fuit, altera nempe bellica (apud medicos loquor, quod alij forsan hanc primariam effecerint) minus; tertia omnium minime, nimirum, quae, a praedictis degenerans, uitiosa appellata sit: quaeue robori, non sanitati operam daret: robur enim diuersum habitum a sanitate exigere, testis est Aristoteles viij. sect. problem. vj. quo in loco pinguem habitum robori, sanitati uero rarum conuenire scribit.

A *De vitiosa Gymnastica, siue Athletica.* *Cap. XIV.*



POSTQVAM de bellica gymnastica, atq. etiã de gymnastica simplici, quãtum ad praesens negotium: spectabat, satis diseruimus, iam opportunum erit de athletica sermonẽ habere. quae quoniã tẽporibus Galeni, atq. etiã superioribus maximã auctoritatem sibi uendicauerat ideo ei opus fuit, ut eam longissima oratione, atq. impurissimis contumeliosissimisq. uerbis insectaretur. quod quã sapienter simul ac iuste fecerit, ex his q̃ de illius professorũ moribus aliisq. conditionibus dicturus sum, facillime clarũ futurum spero. & ut a principio exordiar, Plinius auctor est gymnasticos ludos a Lycaone, athleticã ab Hercule olympiae inuentã fuisse: ut tota haec ars duos parẽtes habuerit, qui tametsi insignes fuerint, atq. artem illustrẽ & admiratiõe dignam
B primo condiderint, illa tamen lõgo postea tẽporis interuallo, atq. prauis hominũ moribus ita corrupta, ac adulterata est, vt verius κακοτεχνίας, quã artis nomen ei cõuenisse dixerit Galenus, si quidem illius exercitatores dum spe victoriae, & praemij (quorũ gratia qui certabant omnes, athletas uocatos proprie docuimus) corpori incrassando, roboriq. cõparando nimium incumbebant, mentẽ etiã crassam, sensusq. omnes hebetes, torpidos, ac segnes reddebant. unde non immerito Plato athletas somnolentos, segnes, ignauos, desides uertiginosos, tandemq. morbosos nuncupauit: Hippocratẽ medicum secutus, qui habitus athletarũ ueluti periculosos, maximisq. aegritudinibus obnoxios ubique detestatus est, sicut & Plutarchus eos satis atq. gymnasiorũ columnis similes effecit, alias itẽ confessus quod Graecis nihil aliud mollitiẽ, atq. seruitutẽ inuexerit, nisi haec
C gymnastica uitiosa, cuius opera torpentes atq. relanguescentes ab armis delapsi sunt, cõtenti pro strenuis, atq. fortibus militibus seipsos bonos palaestritas, & athletas dici. Porro hãc rem ita esse nemo sane dubitabit, si totã eius naturam breuissima oratione ab Aristotele explicatã perpenderit: is enim in primo Rhetoricorum libro de Agonistica (sic etiã athleticam appellatã superius diximus) haec scripta reliquit: ἀγωνιστικὴ δὲ σώματος ἀρετὴ σύγκειται ἐκ μεγέθους καὶ
„ ἰσχύος καὶ τάχους, καὶ γὰρ ὁ ταχὺς ἰσχυρός ἐστιν, ὁ γὰρ δυνάμενος τὰ σκέ-
„ λη, καὶ ῥίπτειν πως, καὶ κινεῖν ταχὺ καὶ πόρρω, δρομικός, ὁ δὲ θλίβειν, καὶ
„ κατέχειν, παλαιστικός, ὁ δὲ ὦσαι τῇ πληγῇ, πυκτικός, ὁ δὲ ἀμφοτέ-
„ ροις τούτοις, παγκρατιαστικός; ὁ δὲ πᾶσι τούτοις πένταθλος. i. Agonistica autem corporis uirtus ex magnitudine, & robore, & celeritate cõponitur: nam & celer fortis est: qui.n. quodammodo crura

In suas. ad bo. ar.

lib. 7. c. 56.

In lib. ad Thras.

Tertio de repub.

1. Aph. lib.

In lib. de tu. ual.

Cap. 5.

proiicere,& uelociter,ac longe mouere poteſt,curſor, qui uero cōprimere,& cōtinere luctator;qui percuſsione impellere, pugil; qui autē utriſq. his,pācratiaſtes,qui uero omnibus his,quinquertio eſt. I Ex quibus clare patet athletarū omniū inſtitutionē, atq. diſciplinā huc tantum ſpectaſſe,ut corporis magnitudinē,robur,atq. celeritatem cōpararent,quibus ſoli ceteros antagoniſtas ſuperare, & praemio honoreq. potiri ualerent. id quod licet pluribus certaminum generibus cōtenderent,quinq. tamē praecipua erant,in quibus uel ſemper,uel plerūq. tā in ſacris certaminib. quā in ludis, amphitheatris,& publicis ſpectaculis, ſed praeſertim in ſtadio, quod fere ſolis athletis proprie deſtinatū erat,certabant,lucta,pugilatus, curſus,ſaltus,& diſcus. unde luctatores,pugiles,curſores,ſaltatores, diſcoboli nuncupabātur,qui ſeparatim in ſingulis pollerēt, ſicuti Pācratiaſta dicebatur,qui in lucta,& pugilatu ualebat:qui uero in cūctis quin- E que,pētathlus,& uocabulo Romano quinquertius uocabat̃,ut docet Feſtus etſi Quinquertiones apud Liuiū Andronicū athletas ſignificare ſcribat idē Feſtus, apud quē etiā perihodon uiciſſe dicebatur is,qui Pythia,Iſthmia,Nemea,Olympia uiciſſet,nomine a circuitu eorū ſpectaculorū accepto. Erant poſtmodū Halteres,iacula, atq. nōnulla alia,quorū quoq. certamina athletae obibant,at in publicis ludorū,& ſacrorū certaminum celebrationibus raro illa peragebātur,una excepta monomachia,quā Graecos ſacerdotes aeſtatis tēpore in Pergamo exercere cōſueuiſſe memoriae prodidit Gale-
3.đ art.23. nus. Quamquam monomachos, ſiue gladiatores apud ueteres ab Athletis diuerſos fuiſſe ſciā,quod M.Cicero teſtatū fecit Epiſt.fam. lib.vij. Epiſt.j.his uerbis, Nā quid ego te athletas putē deſiderare,ꝗ gladiatores cōtempſeris? Niſi dicamus qđ memoriae proditū habe- F tur à Dionyſio Halic.antiq.Rom. lib. x. athletas alios fuiſſe leuiorū,alios grauiorū certaminū,atq. hos poſteriores fuiſſe gladiatores. De ijs in Digeſtorū lib.9.t.l.Aquilia ab Vlpiano ſcriptū reperio:Si in colluctatione uel in pācratio, uel pugiles dum inter ſe exercētur alius aliū occiderit,ceſſat Aquilia,q̃a gloriae cauſſa & uirtutis,non iniuriae, uidetur damnū datū. unde patere arbitror apud Maiores hāc athleticā in maxima exiſtimatione habitā.cuius ea erat ratio,qđ homines ſemper illas res extollere, ac honore dignas efficere ſolēt, a quibus uoluptates,ac delectationes obtinere ſtudent. ob quod cū athletica in publicis ludis ceteriſq. ſpectaculis maximas uoluptates publice afferret,in honore habita atq. a multis expetita fuit: quādo
lib.16.c.4. athletis ludos ingredietibus ut refert Plinius oēs aſſurgebant,etiam ſenatus,ijq. ſenatui proxime ſedebāt,necnō cū patribus,auis paternis

A nis a quibu suis muneribus uacabāt, & uictores in patrias triūphātes inuehebātu r, immo Athletis ingenuos caedere, atque becidere, qđ alijs uetabāt leges, nō modo licuisse, uerū etiā honorificū fuisse auctor est in iij. hypot. Pyrrhon. Sextus Empiricus. Ne dicā, qđ Eusebius in v. de Praeparatione euāgelica multo sermone damnat ueteres, s. eo superstitionis, atq. insaniae interdū deuenisse, ut pugiles, atque athletas in Deorū numerū referrēt. Quibus oībus rationibus satis clarū esse pōt, athleticā antiquitus magnae auctoritatis fuisse: & propterea nō temere illā Galenū insectatū esse, dum animaduerteret, quantū dāni ex ea artis athleticae reputatione humano generi accederet; si qdē nō modo cūcta animi, uerū ēt corporis bona; ita corrūpebātur, ut nihil inueniri posset, qđ maius hominib. q gloriae, & pmiorū ratione illā undiq. ambiebant, detrimentū afferret, quēad-
B modū Euripides quoq. elegantissime testatus fuit sub hisce uerbis.

Κακῶν γὰρ ὄντων μυρίων καθ' ἑλλάδα,
Οὐδὲν κάκιόν ἐστιν ἀθλητῶν γένους. (Gal. ĩ sua. ad bo.ar.)
Οἳ πρῶτον οἰκεῖν οὐδὲ μανθάνουσιν εὖ,
Οὔτ' ἂν δύναιντο, πῶς γὰρ ὅστις ἐστ' ἀνὴρ
Γνάθου τε δοῦλος, νηδύος θ' ἡττημένος,
Κτήσαιτ' ἂν ὄλβον εἰς ὑπεκτροφὴν πάτρας;
Οὐδ' αὖ πένεσθαι, κἀξυπηρετεῖν τύχαις.
Ἔθη γὰρ ἄνδρες οὐκ ἐθισθέντες καλὰ,
Σκληρῶς μεταλλάσσουσιν εἰς ἀμείνονα.

idest, *Cum mala innumera per Graeciam serpant,*
Nullum deterius Athletarum genere est,
Qui primum bene incolere haud discunt,
C *Neque possunt etiam, quo etenim modo*
Quis qu s est gulae deditus, ventriq. indulget,
Diuitias parabit, vt alat familiam?
Neque item egeni esse, & fortunis inseruire
Sciunt: nam in malis diu versati
Moribus, non facile mutantur in melius.

Quibus nihil est meo iudicio, quod magis athleticae statum prodat. Neque tamen defuerunt, qui hanc perniciosim artem commentarijs celebrare niterentur, quales fuerunt Tryphon, ac Theon Alexandrinus, qui ab athletica, in qua excellebat, cognita eius prauitate ad gymnasticam tandem desciuit. Ne taceam Platonem, quē Seruius & Laertius prodiderunt athletam fuisse, & ea dimissa ad philosophiam se contulisse. Sed quia athletas praemij gratia certare, atque uitam mille necis generibus exponere consueuisse nō fe- (7. Aen. in vita Plat.)

mel dixi,id hoc in loco nequaquam praeterire uolo,athletis non ea dem quocumq. tempore fuisse premiorum genera proposita, uerum,ut Clemens Alexan.ij. Paedag. cap. viij. memoriae prodidit, primo fuit δόσις, seu donũ,secundo plausus,tertio filiorum coniectio, postremo corona δόσιν autem apud Clementem, nisi aliquid in eius uulgato codice desideretur, puto nil aliud quam congiarium significare: quo pacto apud Herodianum quoque ea uox usurpata inuenitur. nisi potius leue aliquod munusculum designet, quod posterioribus omnibus uilius exstiterit. D

De viuendi Athletarum ratione. *Cap. XV.*



VONIAM de athletica prauitate quamplurima egregie simul,ac eloquenter ab Hippocrate, Platone,atque Galeno disputata sunt,nosq. etiam illos imitati nõnulla diximus, iam athletarum eorum, qui proprie uocati sunt palaestritae, uiuendi rationem in medium proponere decreuimus. qua perspecta, facile cuiuis erit iudicare quod genus hominum,quaeue illorũ ars foret,& quã sapiẽter illi fecerint, qui ipsam explodere,& contumeliosa oratione improbare conati sunt. sed, quoniã tota uiuendi ratio in sex rebus, quas nõ naturales appellare medici uoluerũt,collocata est, uidelicet cibo,& potu,somno,& uigilia,quiete,& motu,aere,animi affectionibus, atq. excrementorũ euacuationibus, quomodo in uno quoq. horum genere sese gererent,explicabo. Primũ itaq. in cibo ac potu quadrupliciter errasse cõspiciuntur,qualitate, quantitate,ordine,ac tẽpore. Quod ad qualitatẽ pertinet,uarijs cibis athletas usos diuersis tẽporibus inuenio. si quidem primis illis antiquioribus uesci caricis praescriptum scribunt Plinius,atque Oribasius. quod, ut pinguescerent, factitasse. existimo. Quis uero primus carnes eis concesserit,auctores inter se dissentiunt: Plinius exercitatorẽ quendã Pythagoram athletis primum carnem comendendũ exhibuisse scribit,Oribasius Pergamenus Goram caricarum usum, & antiquam uiuendi illorum consuetudinem sustulisse, primumq. Eurameni Samio carnes apposuisse, atq. talem uiuendi rationem in posteros emanasse tradit. utcumq. sit, ante Hippocratis aetatem athletae carnibus uescebãtur,& praesertim suillis, ut ipse de Biante pugile refert in v. Epid. Ceterũ neque uno carnium genere semper illi uictitarunt, quoniam interdũ caprinis uescebantur, quemadmodum Thebanus quidam athleta, quẽ Clitomachus Carthaginiensis nouae academiae sectator praeclarus reliquos sui temporis athletas uiribus superasse refert, quod E F

Li.13.c.7. Li 1. colle. cap 40.

caprinas

A caprinas carnes manducaret. Apri glandulas etiam athletis pro cibo fuisse innuit Martialis in libro tertio, ubi Zoili cuiusdam procacitatem, & obscenos mores describens ait.

Inter catellas anserum exta lambentes
Partitur apri glandulas palaestritis.

Attamen illos in frequentiore usu habuisse carnes tũ bubulas, tum suillas, satis constat ex Galeno, qui ex illis, & pane cũ caseo sine fermento confecto, quod Coliphium uocatum est, uictitasse scribit, ut duritie, ac alimentorum crassitie non modo uberius nutrirẽtur, sed etiam diutius saturi permanerent, quo genere uictus cũ Biantes pugil πολύβορρος immodice uteretur, eos morbos incurrebat, quos refert in quincto Epid. Hippocrates: scribit Plinius, Valerianus nullum athletarum cibum absq. anetho exstitisse, forsan quod 4. d re me. cap. 27.
B crederent ab eo nutrimentum solidũ produci, aut quo huiuscemodi herbae odore alij cibi condirentur, sicque magis ipsis saperent, aut quo somnus illis maior prouocaretur pro conficiendis cibis duris; anethum enim somnum prouocare sciunt medici. Quantitas cibi athletarum quam fuerit ceteris hominum mensuris superior, sciri potest ex ijs, quae scriptis mandauit Galenus secũdo de digno. pulsuum, uidelicet carnis minas duas paucum cibum athletis fuisse, ut aliqua ex parte fabuloso illi fidem adhibere ualeamus, quod de athleta Milone Crotoniata, & Heraclide pugile celebratur. quorum alterum carnium minas uiginti deglutisse, & panis totidem, uini choas persiccasse tres, ac aliquando taurum, quem per stadium retento anhelitu gestarat, solum absumpsisse; alterum prope infiniti cibi, ac potus capacem, nulliq. parem exstitisse ferunt; atq. hinc
C perspicuum fit, quam vere Aristoteles. 4. de gen. animalium dixerit, saepenumero athletis membra uarijs formis affici, cum ob multam edacitatem natura haud ualet aeque in toto corpore omnes cibi partes conficere, & confectas aequaliter distribuere, sicut octauo Polit. cibum eorum, qui exercebantur athletice, modo βίαιον τροφὴν, modo ἀναγκοφαγίαν uocauit, ut Gal. iij. de tuen. ual. ἐδωδὴν πρὸς ἀνάγκην quasi plus, quam ferre quamquã scio non defuisse, qui aliter eam uocem apud Aristotel. sint interpretati, possent, edere cogerentur: qua etiã utitur Clemens Alexan. lib. ij. Paedagogi cap. primo. Ordinem similiter nullum, aut perpusillum athletas in comedendo seruasse, ut & temporis nullam rationem habuisse, satis ex superioribus clarũ esse potest, nisi qđ refert Galenus eos non aeque mane, ac uespere cibos ualidissimos accipere cõsueuisse, sed dumtaxat in cena, non modo ratione, uerumetiã experientia docti Cap. 3. 7. meth.

cibos

cibos in somno, quandò calor magis uiget intus, facilius cõfici, alio D
qui concoctu difficillimos ipsis, cũ ob qualitatem eorum ualde ca-
lori resistentẽ, tum ob immensam quantitatẽ. quamuis secus uidea
li.11.c.53. tur sensisse Plinius, qui scribit athletas maluisse semper cibos ambu
latione, quã somno perficere, ratos somnum ad corpulentiã, quam
Prob.4. ad firmitatẽ magis conferre. quod si Plutarchus 4. symposiacorum
eosdẽ simplicissimis cibis uictitasse, omnemq. uarietatẽ prorsus ef-
fugisse tradit, eius sententiã ita accipere debemus, ut uoluerit athle
tas uno solum carnis, & panis genere, quodcumq., & quantumcũ-
que fuerit, usos. quod neq. nos negamus, qui supra diximus frequẽ
tissimos eorum cibos fuisse solas bubulas, aut potius suillas carnes.
Atqui somno, & uigilia qualẽ moderationẽ ceteris uitae eorũ par-
tibus respondentẽ athletae adhibuerint, clarissime demõstrauit Pla
to, eos ubiq. somnolentos appellans. In motu quoq. & quiete nul- E
lam mensuram seruare solitos athletas testatur Galenus, qui eos mo
do tota die laborare, quando, s. exercitium τέλειον, siue κατασκελὴν
apud Galenum tertio de tu. ual. ij. uocatum inibant, modo nocte,
modo a cibo, modo ante consueuisse narrat. quasi propositũ in om-
nibus tenuerint Hippocratis praecepta haec de sanitate uniuersa cõ
temnere, (labores, cibi, potiones, somni, uenus, omnia moderata) il-
ludq. unum sibi proposuerint immoderate, semper, & nulla habita
38. partic regula elaborare. quod cum Aristoteles intelligeret caussam quae-
prob. 5. rens, qua mediocriter insudantes statim ab exercitatione colore
amoeno hilarentur, Athletae uero pallidi longe euadant, dixi ideo
euenire, quia Athletae prorsus nimium laborant, nimius uero la-
bor colorẽ cum sudore, & spiritu extrudit, paloremq. inducit, sicuti
mediocris calore in summa corporis retento leuiter colorẽ prouo- F
cat, & ad corporis superficiẽ inuitat, ut calefactis, aut pudefactis ac-
cidere solet. Qui igitur sine mensura semper laborabant, Athletas
In libro de minime mirum est Galenum dixisse quinque annis ad summũ ἰσο-
morborũ σθενεῖς perdurasse. Iam quoq. aeris ipsos nullum discrimen effecisse
temporib. credere possumus, quod sub ardenti sole exercerentur, nec uento-
rum, aut aliorum boni aeris condicionum ullam rationẽ haberent.
quamuis dum se ad futura certamina exercerent, antiqui curarint,
ut illud in salubri aere factitarent, sicuti manifestũ est e xystis, quas
ideo fabricatas in gymnasijs scribit Vitruuius, quo athletae in hie-
me ad uitandas aeris iniurias inibi in salubriori aere cõmodius exer
Homilia ceri ualerent, quo tẽpore multas plagas, ut tradit Basilius Magnus,
54. perferebant, ex paedotribis, nec non uictum haud iucundum, sed a
magistris exercitationum praescriptum sequebantur. Ita etiã apud
Stra-

A Strabonem legimus, ueteres consueuisse athletas Rauennam mittere, ut ibi in salubriori aere cōmodius exercerentur. Ab animi affectionibus athletas uehementius, quam par sit, affectos fuisse nemo negabit, qui consideret quam leui ex caussa certatores omnes excādescant, quantopere uicti tristentur, quantum uictores exsultent, & denique quo semper animo uiuant illi, qui tum immodice saturi, tum ieiuni, quales athletae, excruciantur. De excrementorū exinanitionibus (quod erat sextum, & ultimum) pauca dicenda forēt, quod forsan in his errarent minus, quam in ceteris: at quoniam uenus inter necessarias sanitati inanitiones a medicis reponitur, quo modo sese gererēt in illa, uideamus. Dum enim & Hippocrates, & Gal. uenerem moderatā esse debere praeceperunt, tam eos, qui immodice, quam eos qui nimium parce illa uterentur, coarguisse ab B omnibus in re medica, uel mediocriter eruditis iudicantur. unde magnopere in hac athletae peccasse conspiciuntur, qui perpetuo seipsos coitu interdicebant, cum ceteris forsan ob nimiam alimēti, & sanguinis copiā magis necesse haberent, de his namq. Gal. 6. de loc. affe. cap. v. loquebatur, quando multos calidae, & humidae naturae ὑπὸ ἀσκήσεως. i. ob exercitationem (non prae pudore, aut sobrietate, ut interpretes pleriq. transferunt) à uenenis usu abstinentes torpidos, atq. pigros effectos sese uidisse scripsit. Quod porro a Venere prorsus athletae abstinuerint, praeter Platonem, qui Astylum, Diopompum Crissonem, Iceum Tarentinum tales exstitisse memoriae prodidit. Galenus quoque testatum fecit, & post Galenum Basilius Magnus, qui in homilia 52. scripsit, paedotribas considerantes ex uenereis uoluptatibus corpus imbecillius & ad necessa C riorum operationes pigrum, atque debile reddi, temperantiae legem promulgasse, quae adolescentum corpora a uoluptatibus tuta conseruaret, & decertantibus ipsis ne adspicere quidem uenustas formas permitteret. Id etiam significauit Martialis, qui de Blatara quodam athleta sermonem habens, ita scriptum reliquit.

Geograp. lib. 5.

8. de legib.

6. de loc. affec. in fi.

Cur Lacedaemonio luteum ceromate corpus
Perfundit gelida uirgine? ne futuat. lib. 11.

Non modo enim se athletae ad inhibendam uenerem frigida lauabant, uerum etiam laminas plumbeas renum, & lumborum regionibus ad arcendas nocturnas pollutiones, & libidinis impetus frangendos adhibebant, ut testati sunt Plinius, & Galenus. quam rem etiam intelligere uoluisse Diuum Paulum arbitror, dum dixit. Qui in stadio currunt, ab omnibus abstinent, & hi quidem ut mortalem coronam, nos uero ut immortalem accipiamus. Quam sententiam

li. 34. c. 18. 5. de tu. ua. c. ult.

fusius

lib.ad martyr. fusius enarrans Tertullianus haec dicebat: Nempe cum & Athle- D
tae segregentur ad strictiorem disciplinam, ut robori aedificando
" uacent, continentur a luxuria, a cibis laetioribus, a potu iucundiore: coguntur, cruciantur, fatigantur. Idem & Clemens Alexandrinus libro tertio Stromatum, & Simplicius in commentario supra Epitectum intellexit, qui studio coronae athletas a uenere abstinere scripsit.
li. 28. c. 6. quamuis alibi Plinius athletas interdum coitu uti solitos sentire uideatur, ubi eos torpentes restitui, uenereisque uocem, cum e candica declinat in fuscam, reuocari dicit. Hoc itaque fuit athletarum uiuendi institutum, quod quantum sanitati detrimentum afferret, ut Hippocratem sileam, affectũ athleticum haud secundum naturam esse dicentem, argumento esse possunt, quae
In suas. ad bo ar. In lib. ad Thras. ipsis quotidie euenire solita recenset Galenus, uidelicet repentinae obmutationes, sensus, & motus amissiones, suffocationes, uasorum ruptiones. E
lib. 2. aduer. Iouin. ut non sine maxima ratione Diuus Hieronymus athletas nequaquam diu uiuere potuisse scripserit, Hippocratis & Galeni auctoritate usus. Igitur non satis mirari possum qua ratione ductus Cornelius Celsus medicus alioqui & eruditissimus, & eloquentissimus in laterum inueterato dolore uictu athletico utendum consulat: nisi pro ualido, & firmandis uiribus accommodato ciborum genere, ut Budaeus, interpretemur. Sed de athletarum professione, quoniam ad institutum nostrum plura dicere non pertinet, haec sufficient, si unum addidero, quod Clemens Alexandrinus
3. li. paedagogi. c. 9. quasi ludens memoriae mandauit, Athletas hanc unam honestatis imaginem habuisse, ut numquam in publicum ad certandum sine subligaculis prodirent. quem morem ab Hercule primum inuectum, sicut a Palaestra Mercurij filia pudendos locos obtegendi F consuetudinem inter mulieres, quae cursu, & alijs exercebantur,
Lib. x. antiq. Rom. introductam, esse memoriae mandatum est. Quamquam Dionisius Halicar. scribat ex Homero colligi ad priscos illos turpe habitum esse nudos certare, primum autem omniũ Olymp. xv. Neanthum Lacedaemonium Olympiaco stadio decurrentem totum corpus denudasse pudendis tantum subligaribus campestribus obtectis.

Explicit Liber Primus.



ARTIS GYMNASTICAE LIBER SECVNDVS

Quid sit exercitatio, & quomodo differat a labore & motu. Cap. I.



OSTQVAM de Gymnastica, quid sit, eius originẽ, nec nõ uerae, & nõ verae differẽtiã satis explicauimus, cõsequens est, ut, ceteris
B non prorsus omissis, illã pcipue oratione nostra prosequamur, q̃ ad medicinam facit, & de qua tractationẽ habere polliciti sumus. Quoniã uero, dum gymnastae definitionẽ in medio proponeremus, eam esse artẽ quãdam facultates omniũ exercitationũ noscentẽ, earumq. uarietates opere ipso gratia sanitatis edocentẽ indicauimus: recta doctrinae ratio postulare uidetur, aut, quid sit exercitatio, prius cognoscatur, deinde in proprias species diuidatur, atq. illarũ unaquaeq. singulatim explanetur. hoc etenim facto, cũ ars (dicebat Aristoteles,) sit recta operandi ratio, uidebimus q̃ sit in obeundis exercitationibus haec recta ratio, quomodo illarũ unaquaeq., uel ad parandũ bonũ habitũ, uel sanitatẽ defendendam cõferat. Exercitationẽ itaq. definiuit Galenus, secundo de tu. ual. & ipsum secutus Aetius, esse motũ uehementẽ, anhelitum alterantẽ, ubi γυμνάσιον, κίνησιν, & πόνον, siue exercitationẽ, motũ, atq. laborem inter se differre demõstrat: propterea qd' motus est res quaedã magis cõmunis, atq. pluribus cõueniens quã exercitatio, cum saepe multi moueantur, neq. exerceri dicantur, exercitatio uero nõ sit, nisi uehemens motus: similiter labor licet sit uehemens motus, tamen non omnis labor proprie uocatur exercitatio, si quidẽ fodientes, atq. metentes laborare, sed non proprie exerceri dicuntur; tametsi etiã aliquando cõmuni quadã appellatione labor, exercitatio uocatur: quemadmodũ Galenus ab Hippocrate uocatũ esse censet, quãdo is dixit, Labores cibũ praecedãt, &, ubi fames, laborandũ non est. ibi enim uocẽ hanc πόνος, quae & dolorem & laborem, siue damnum, ut Erotiano placuit, & exercitationem significare solet, pro exercitatione dumtaxat accipi debere iudicat. ergo exercitatio nihil aliud erit ex sentẽtia Galeni, & Aetij nisi motus uehemens anhelitum alterans, γυμνάσιον a Graecis appella-

6. Ethic.

C lib. 3. c. 2.

6. de morb. vulg. cõ. 4. tex. 31.
2. Aph. 16.
In Onomastico.
2. de tu. ua.
ib. 3. cap. 2.

pellatus, quod plerumq. nudi, aut saltem cum paucioribus uestibus exercerentur; quemadmodum etiam locum, ubi fiebat γυμνάσιον appellatum superiore libro abunde monstrauimus. Sed quoniam posset aliquis etiam in gymnasijs ab altero per uim uehementer moueri, qui tamen nullo pacto exerceri diceretur, iccirco haec Galenica exercitationis (pace eius dicam) definitio haud quaquam integra est. & proinde Auicenna Arabum omnium doctissimus cũ animaduertisset haud plene exercitationem a Galeno definitam fuisse, aliam definitionem in medium attulit, uidelicet quod exercitatio est motus uoluntarius, propter quem anhelitus magnus, & frequens est necessarius. Quo in loco eos quoq. merito damnat, qui leuem quamlibet ambulationem exercitij nomine compellant: non enim apposuit (vehemens) quod, ubi magnus, & frequens sit anhelitus, semper necessario sequitur motum illum vehementem exsistere. sed neq. haec definitio Auicennae mihi plene satisfacit: quoniam, etsi conueniat omnibus triplicis gymnasticae exercitationibus, eas tamen proprie nõ cõplectitur: de quibus ad medicũ tractare spectat, & nos etiam loqui instituimus: siquidẽ omnia quattuor caussarũ genera haud quaquã cõplectitur, cum neq. materialis explicetur, neq. caussa cuius gratia. Accedit itẽ illud, quod multi uoluntarie uehementer, & cũ anhelitu aucto mouentur, qui nullo pacto dicentur proprie exerceri, sicuti serui cum celeritate dominorũ mandata exsequentes, & sicuti illi, qui uel inimicorũ impetum, uel quid aliud triste effugientes, & uehementer mouentur, & frequenter, ac magnopere anhelant: ex quo Auicẽnae definitio haud perfecte totam exercitationis naturã cõplectitur; sicut neq. illa Auerrois qua dixit in libro collectaneorum exercitationem esse mẽbrorum motum aliqua uoluntate factum. Ideo nos aliter definiẽtes dicamus, quod exercitatio, de qua medici interest tractare, proprie est motus corporis humani uehemens, uoluntarius, cum anhelitu alterato uel sanitatis tuendae, uel habitus boni comparandi gratia factus. ita namq. definitio omnes caussas comprehendit, atq. soli definito conuenit: uerum enimuero posset aliquis merito a me sciscitari, nunquid motus equitando, uel nauigando peractus exercitationis nomen mereatur, eo quod non libere a uoluntate hominis, sed ab alio dependere uideatur? cui respondeo, non minus equitantes, & nauigantes alijs exerceri dici debere, si nõ proprie, saltem communiter, dummodo gratia sanitatis, uel etiam militaris studij illud efficiant: quandoquidem proprie exerceri dicuntur, qui exercitationem nuper a nobis definitam suscipiũt. quibus uero ali-

Li.1. fen 3. doc.2. c.1.

6. coll. c.2.

D E F

A qua ex condicionibus necessarijs deest, illi potius communiter, quã proprie exerceri dicentur, siue a seipsis, siue ab alijs moueantur, quemadmodum equitans, qui uoluntarie ideo mouetur, quoniam motus equi, ratione cuius ipse mouetur, ab equitantis appetitu, & dirigitur, & peragitur; id quod de alijs quoque similibus a nobis semper erit intelligendum. atque hanc fuisse Galeni ipsius sententiam, eius uerba in secundo de tu. ual. scripta indicant: ubi ait, eos, qui fodiunt, & qui equitant, non laborare modo, sed etiam exercitari communi saltem exercitationis appellatione, quemadmodum clarius adhuc adstruit quincto de tu. ual. ca. 11. ubi omnem motum communiter exercitationem uocat, proprie uero motum uehemẽtem, ut etiam uidetur appellasse Paullus Aegineta lib. ij. cap. xlix. ubi exercitationem a gestationibus, ambulationibus, & uociferationibus distinguit. Praeterea, quoniam dixi exercitationẽ a graecis γυμνάσιον uocatam fuisse, haud secus ac locum, in quo fiebat; ambigeret fortasse aliquis, num exercitationes, quae extra gymnasia peragebantur, proprie tales essent, an non? cui responsum esse uolo, definitione exercitationis cum non sit appositus peculiaris locus, indicari eum haudquaquam exercitationi necessarium fore, & propterea motum uoluntarium uehementem cum anhelitu alterato gratia sanitatis tuendae, uel optimi habitus comparandi factum, ubicumq. locorum ageretur, nihilo secius exercitationẽ uocari debuisse, atq. debere, quam in gymnasijs actum. nam ambulationes per uias, pilae lusus, iaculationes, & similia quis sanae mentis non uocet exercitationes? etiam si ruri, & in uicis efficiantur, dũmodo ceteris condicionibus minime careant? qua re ita sese haben C te, etiam ad gymnasticam facultatem de exercitationibus omnibus siue in gymnasijs fiant, siue extra tractationem spectare dicendum erit, eo magis, quod Galenus alioqui uerborum proprietatis obseruatissimus etiam in aquis γυμναστικὰς παιδίας a pueris tempore suo exerceri solitas fuisse in 4. de loc. affect. libro scriptum reliquit.

De Gymnasticae medicinae diuisione. *Cap. II.*



TRACTATVRI medicinae gymnasticam, quid sit exercitatio, declarare coacti fuimus: ordini autem nunc nobis proposito ualde consentaneum est, gymnasticam ipsam partiri. ex qua diuisione sese clarum offeret iter, quo ad inueniẽdas exercitationum omnium singulas antiquis usitatas species incedamus. Quod enim huiusce gymnasticae uerum,

atq.

atque praecipuum principium a natura acceptũ sit, animantia bru D
1. de leg. ta fidem facere merito scripserunt & Plato, & Galenus: siquidem
2. d tu. ua. illa statim ac mundanam hanc lucem ueniunt, sese mouere, agitare, ac saltare conspiciuntur: ueluti quoque pueri factitant, qui tametsi in hoc brutis imbecilliores ad fruendũ hac uita exeant, nihilominus & ipsi, quantum conceditur, sese mouere nituntur; atque ex motibus non parum uoluptatis accipiunt. qui motus post modum crescentibus annis dum condiciones supra descriptas recipiũt nil aliud plane sunt nisi ipsissima facultatis gymnasticae opera: ut omnino dicere cogamur ipsam si non a natura factam, saltem secundum naturae propensionem esse. Huiusce facultatis cum Plato duas primarias, atque uniuersales partes effecerit; proinde allatã ab ipso gymnasticae diuisionem in mediũ proponemus, non quod sub ipsa omnium exercitationum species apposite contineantur, E sed quod a nullo alio artem hanc melius diuisam hucusque uidere contigerit. neque nos quisquam reprehendere debet, quod in pluribus Platonis, quem medicum nemo sanus reputat, auctoritatem in tractanda re medica tanti faciamus: quando Galenus ille, cui nõ minus medici, quam Pythagorae eius discipuli credere tenentur, scriptum reliquit, Platonem Hippocratis imitatorem fuisse, nec usquam ab illius placitis recessisse: nam Galenum hoc in loco sequi non possumus, quoniam, ubi similem diuisionem aggressus est, exercitationum potius, quam ipsius artis partitionem instituisse uidetur. Plato igitur libro de legibus. VII. cum demonstrasset sinistras manus a natura nihilo dexteris imbecilliores effici, atque earũ apparentem debilitatem potius consuetudini, exercitationique, quam naturali defectui adscribendam fore, tradit ad eos pertinere, F qui pueris alendis, ac educandis praeficiuntur, ut eos sinistris etiam exercendis assuefaciant. postea docens quae sint illae disciplinae, ductu quarum pueri excoli debeant, alteram musicam ex ijs esse, alteram gymnasticam scribit: gymnasticae rursus duo membra facit, unam τὴν πάλην, alteram τὴν ὄρχησιν appellat: atque ὀρχήσεως alteram esse dicit eorum, qui res turpes motibus imitantur, alteram eorum, qui bonae corporis habitudini, agilitati, membrorumq. pulchritudini operam nauant. Quo in loco tametsi Plato de gymnastica bellica dumtaxat sermonẽ habere uideatur, nihilominus eadem fere est ac medicinae gymnastica, fine solum differens, nec prorsus fine, eo quod Plato quoque bonum corporis habitum parare, ualetudinemque conseruare intendit sicut medicus, sed alium finẽ addit, nempe ut eius exercitationis ope ad bella gerenda

aptiores

A aptiores homines euadant. Nos itaque dicamus secundum Platonem gymnasticam diuidi in saltatoriam, atque palaestricam, sub nomine palaestricae intelligentes uniuersam illam exercitationum seriem, quae uel in palaestra gymnasiorum, uel in loco palaestrae uicem gerente peragebantur. Cum enim gymnastica facultas quaedam exsistat, ut saepius diximus, quae & naturam, qualitatesq. exercitationum noscit, & eis utendi modos, ac regulas sanitatis, aut boni habitus gratia praescribit, cunctae fere exercitationes cum arte factae, quae nil aliud sunt, quam motus quidam humanorum corporum, aut a saltatoria, aut a palaestrica describuntur, praefiniunturque id quod forsan Galenus innuere uoluit, quando in secundo libro de musculorum motu scriptũ reliquit: ὀρχηστικοὺς καὶ παλαιστικοὺς solos facile crura flectere: neque enim sum nescius (ut
B paullo ante dixi) minime hanc gymnasticae diuisionem perfectam exsistere, neq. ab illa singulas exercitationum species comprehendi posse, quoniam ambulatio, equitatio, & similia gymnasticae exercitationes sunt, nihilominus saltatoriae aut palaestricae nequaquam subsunt. Attamen hanc etiam ueluti antiquam, & a grauissimo auctore traditam aliqua ex parte sequemur. quod si nos etiam eam magis illustrantes dixerimus gymnasticam duplicem esse, alteram, quae motus hominum a seipsis factos solum, alteram quae motus ab alijs factos contemplatur; atque primam tum in palaestricam, tum in saltatoriam diuidi, non modo cum Platone sentiemus, uerumetiam ipsius rei ueritatem fortasse assequemur; si quidem nullam exercitationem poterit quis cogitare, quam sub aliqua praedictarum specie contineri non ostendamus. Nec quid-
C quam sentẽtiae nostrae obstabit, quod Galenus in libro qui ἰατρὸς inscribitur, (si is est Galeni genuinus, aut potius, quod alij credunt, Herodoti medici) sub alio artis genere palaestricam, & orchesticam, sub alio medicinam, cuius partem gymnasticam effecerunt ueteres, collocarit; quia ibi loquitur de saltatoria, quae erat histrionicae species, ut inferius declarabimus, & non de qua nos loquimur; similiter & de palaestrica uitiosa, quam athleticam nos uocamus, & omnino a medicina alienam cum Galeno statuimus; non autem de palaestrica, neque de saltatoria a Platone, & a nobis intellectis.





CVM itaque gymnastica tota in eam diuidatur, quae motus hominum a seipsis, & quae ab alijs factos speculatur; atq. prima adhuc in saltatoriam & palaestricam partiatur, ne cōfusa euadat tractatio nostra, primo saltatoriā, deinde palaestricam omnes in palaestra, uel loco simili actas exercitationes complectentem explicabimus, postremo eam, quae circa motus ab alijs factos uersatur, gymnasticā adnectemus, quibus tractatis uniuersa gymnastica nota fiet. Saltatoriae igitur, siue ὀρχήσεως, tres species Homerum nouisse, qui eius libros lectitarunt, intelligere facile possunt. Prima est cubistica, quam Xenophon, atq. Suidas scribunt fuisse artem quandam, qua homines uarijs modis pedes, ac manus contorquentes in caput saltabant, quomodo etiam E tempestate nostra circulatores nonnulli faciunt, qui lucri gratia homines decipientes uarias urbes comoedijs recitandis pererrant; hāc, κυβίστημα uocauit Lucianus, & in glossario habetur, cernulat κυβιστᾷ, quam uocem etiam usurpauit Seneca Epist. viij. etsi cernuat plures codices habeant. Secunda species est sphaeristica, siue pilae ludus, nam quod ludentes pilas saltarent, praeter Homeri testimonium qui sexto Odysseae de Nausicaa haec tradit:

σφαίρῃ ταὶ δ' ἄρ' ἔπαιζον ἀπὸ κρήδεμνα βαλοῦσαι
τῇσι δὲ Ναυσικάα λευκώλενος ἤρχετο μολπῆς.

Hest: *Ludebant pila, vittis vellisque remotis,*
Atque his Nausicaa ob niueas spectabilis vlnas
Principium ludo dabat.

testatur quoque Athenaeus ex auctoritate Demoxeni, sicuti inferius indicabimus. Tertia species est ὄρχησις simpliciter dicta, nos simpliciter saltationem dicere possumus. Tota hac orchestica quāuis maiores nostri ut plurimum ad uoluptates, ac lasciuiam potius, quam ad aliud uterentur, qui mos etiam usque ad haec tēpora perdurat, nihilominus gymnasticam bellicam, athleticam, atque medicam illam quoque prorsus non caruisse constat, sicut nec ceteras exercitationes ab ulla fere harum trium omissa fuisse demonstrabo, ubi in singulis exercitationum speciebus declarandis, quo modo unaquaeque gymnasticae illis separatim usa sit, indicare conabor. Bellicam enim absque saltatoria non fuisse, locupletissimum testem Platonem habemus, qui in septimo de legibus saltationem in tres diuisit, militarem, paci aptam, atque mediam; militaremque uocauit eorum, qui modo exsilitionibus in altum, modo

A do depreſsionibus, modo inclinationibus hoſtilium incurſuum inuaſiones, euitationesq., imitabantur; quiq; figuris uarijs iaculatores, & percuſſores ſimulabant; atq; hanc tanti fecit, ut uoluerit in Republica magiſtros haberi, qui mercede publica conducti uiros ſimul, ac mulieres hanc edocerent, arbitratus hac una non parum adiumenti acceſſurum ad adipiſcēdam militarem peritiam. Quod uero athletica gymnaſtica inter ceteras exercitationes habuerit aliquando ſaltationes, comprobari poteſt ex Plinio, qui Stephanionem togatae ſaltationis primū inuentorem utriſq. ſaecularibus ludis, & D. Auguſti, & Claudij Caeſaris ſaltaſſe memoriae prodidit: quemadmodū & Plato loco nuper citato ſaltationē a nobis mediā, ab ipſo ἀμφισβητȣμένlω nuncupatam in ſacrificijs, atq. exſpiationibus fieri ſolitam, quam a Mantineſibus, & Arcadibus coram Cy- lib.7. c 48.
B ro factā refert Xenophon, tradens, aperte inſinuare uidetur, athleticam, cuius & ludos & ſacrificiorum celebritates eſſe iam decreuimus ſaltatoriam habuiſſe. Galenus porro nec medicinae gymnaſticam ſaltationes a ſe reſpuiſſe tamquā ſanitati, & bono habitui inutiles plane confitetur, quandoquidē in ſecundo περὶ ὑγιεινῶν multos imbecilles ualetudini reſtitutos a ſe luctis, pancratijs, ſaltationibus, atque alijs huiuſcemodi exercitationibus refert. id quod Antyllus pariter teſtatum fecit, ubi inter ceteras exercitationes hominibus ad ſanitatem conferentes hanc ponit, mediamq. inter choream, & umbratilem pugnam naturam retinere, & ob id pueris, mulieribus, atq. ſenibus, quorum corpus mirum in modum imbecillum, & gracile eſt, conducere ſcribit. An uero haec ea ſit ſaltatio, quam Plato εἰρηνικὴν, ſiue paci aptam nuncupauit, quamq. animi in proſperita- li.6. d Cyr. Exeped. cap. vlti. Orib. 6.
C tibus, & in moderatis uoluptatibus tēperati exſiſtere ſcripſit, haud tuto affirmare audeo, ſat ſit nobis hactenus oſtendiſſe nullum gymnaſticae genus hac ſaltatione caruiſſe, in quam & in palaeſtricam exercitationum artem a Platone diuiſam eſſe iam diximus.

De Sphaeniſtica. *Cap. IV.*



SALTATIONEM in cubiſticam, ſphaeriſticam, & orcheſticam, ſiue communi nomine uocatam ſaltationē diuiſimus, quarum unaquaeq iam nobis fuſius declarāda foret. Sed quoniam de cubiſtica ab auctoribus pauca admodum tradita reperiuntur, omiſſa illa, reliquas duas proſequemur. Atque primo ſphaeriſtica ſeſe offert, quae tametſi Homeri temporibus ſimplicior eſſet, attamen poſterioribus ſaeculis miram

uarietatem acquisiuit, ita ut & ipsa in gymnasijs tam locum σφαι- D
ριστήριον, quam praefectum σφαιριστικὸν uocatum habere meruerit.
Quis uero primus sphaeristicam hanc, siue pilae ludum inuenerit,
lib.7.c.56. scriptores diuersa sentiunt. Plinius inter Latinos Pytho cuidam
hunc acceptum refert. Agalis Corcyrea grammatica Nausicaam
ludi pilae inuentricem, sed ignoro qua ratione, apud Athenaeum
facit: Hippasus Lacaedemonijs, Dicaearchus Sicyonijs inuentum
illud attribuerunt. Ex quo fit, ut certi quidquam sentire nequea-
mus, & eo magis quod Timocratis Laconis, aliorumue de hoc lu-
do commentaria non habemus, quibus fortassis & tantae uarieta-
tis rationem intelligere, & incognita prope ludendi pila genera cer
tius cognoscere possemus. in quibus explicandis cum hucusq. scri-
ptores non parum confusi fuerint, atque interdum a ueritate longe
recesserint, nos, quantum fieri poterit, tractationem hanc clariorē, E
minusq. antiquorum scriptis repugnantem efficere studebimus. Pi
la itaque ludendi genera quattuor dūtaxat apud graecos exstitisse
reperio, μεγάλην σφαῖραν, μικρὰν σφαῖραν, κενὴν σφαῖραν, & κώρυκον,
siue paruam pilam, magnam, atque pilam inanem, & corycum, re-
pono corycum inter pilae genera, quod licet Galenus, Oribasius,
& Paullus ab illis secreuerint, instrumentum illud, ut demonstrabi
mus, uel pila erat, uel pilae assimile. Paruae lusus secundū Antyllū
tres species diuersas habuit. prima erat, pila ualde parua, in qua qui
exercebantur, corpore maxime elato ludebant, & colludentes ma-
nus manibus proxime admouebāt. secūda erat pila maiuscula, qua
cubitos cubitis ludendo immiscebāt, nec corporibus mutuo haere-
bant, nec annuebant, sed uarijs modis mouebantur, & propter ua-
rios pilae iactus huc, atque illuc digrediebantur: tertia erat pila ad- F
huc maior secunda, in qua homines inter se distantes ludebant, &
in qua cum stataria, ac motoria pars esset, qui manebant, pilā emit-
tebant cum uehementia, & concinnitate. inter has species adnu-
merari debere genus illud iudico, quod penes Athaeneum ἁρπα-
στὸν & φεινίς uocatur, tum quia a Galeno in libello de paruae pilae
ludo simul cum alijs id quoq. explicatum habetur, tum quia Cle-
3. paedag. cap. 10. mens Alexandrinus, scriptor grauissimus, ubi demonstraret ludum
paruae pilae, & praesertim φεινίνδα, exercitationem esse uiris ualde
accommodatā, eam paruae pilae speciem fuisse hac oratione clarum
facit: οἶδα καὶ σφαίρῃ τῇ μικρᾷ παιζόντων τὴν φεινίνδα παιδιὰν ἐν
ἡλίῳ μάλιστα. quod & a Polluce cōfirmatum inuenitur, ubi etiam
harpastum uocatum innuit, huius etenim inuētorem exstitisse Pha
naestrium paedotribam, scripsit Iubas Maurusius, cuius itē descri-
ptionem

A pcionem Antiphanes in hunc modum attulit: Σφαῖραν λαβὼν, τῷ μὲν διδοὺς ἔχαιρε τὸν δ᾽ ἔφευγ᾽ ἅμα. τὸν δ᾽ ἐξέκρουσε, τὸν δ᾽ ἀνέστησεν πάλιν κλαγκταῖσι φωναῖς. Vocauit autem Antiphanes ludum istũ Φενίνδα, ἀπὸ τῆς ἀφέσεως τῶν σφαιριζόντων, quasi sic ludẽtes sibiip sis pilam mutuo mandarent: uel sic uocata est a Phennido primo inuentore, aut ἀπὸ τοῦ φενακίζειν, idest, a decipiendo, quoniam alio simulantes in aliã partem mittunt, decipientes credulũ, sicuti memoriae prodidit Pollux; apud quem legitur, episcyrum lusum fieri solitũ, ubi paribus ad pares in duas turmas dispositis, media linea educebatur, quam scyrum uocabant, cuiq. pilam impositã quisq. contẽdebat, ut intra alias duas lineas post utrorumq. ordinẽ descriptas aduersariorum, metas scilicet, immitteret, nimirum quibus contactis a pila uictoria haberetur. nam lusores dum pilam capiebant, at-

B que alteri mittebant, alterum fugiebant, alterum expellebant, alterum magnis uocibus eleuabant, siue euertebant, uerisimile sit spectatores, atque etiam seipsos magna delectatione affecisse, eo magis, quod interdum motuum concinnitati operã dabant. unde Democxeni cõcinnitatem, laetitiamq. ex tali ludo partam apud eundẽ explicaturus haec prodidit: Νεανίας τίς ἐσφαίριζεν ὢν ἐτῶν ἴσως ἑπτακαίδεκα. Κῶος (θεοὺς γὰρ φαίνεθ᾽ ἡ νῆσος φέρειν) ὃς ἐπεί ποτ᾽ ἐμβλέψειε τοῖς καθημένοις, ἢ λαμβάνων τὴν σφαῖραν, ἢ διδοὺς, ἅμα πάντες ἐβοῶμεν, ἡ δὲ εὐρυθμία τὸ τ᾽ ἦθος. ἥ τε τάξις: ὅση ἐν τῷ τι λέγειν ἢ πράττειν ἐφαίνετο. πάρα ἔτι κάλλους. ἄνδρες, οὔτ᾽ ἀκήκοα ἔμπροσθεν οὔθ᾽ ἑώρακα τοιαύτην χάριν. Κακὸν ἄν τι μεῖζον ἔλαβεν, εἰ πλείω χρόνον ἔμεινα, καὶ νῦν δ᾽ οὐκ ἐμοὶ ὑγιαίνειν δοκῶ. idest, Iuuenis quidã annis fere decem, & septem natus pila lusit, Patria erat Cous (nam

C illa insula Deos producere uidetur) qui cum in sedentes intueretur uel pilam capiens, uel tradens, omnes simul clamabamus: quãta autem concinnitas, ordo, ac uenustas dũ aliquid diceret, aut faceret, supra omnẽ pulchritudinem exsistit. O uiri neq. umquam antea audiui, neque talem uenustatem uidi, certe aliquid mali cõtigisset mihi si diutius ibi permansissem, neque multum mihi sanus uideor. Ex quibus Demoxeni uerbis pilae lusores compte, & concinniter ludere solitos perspicuum efficitur. Haec itaq. sunt pilae paruae species, de quibus a Graecis mentionem habitã scio, & in quibus Epigenes philosophus, nec non Ctesibius Chalcidensis philosophus, quo cum multi ex Antigoni regis familiaribus ludẽdi gratia exsuebantur, multum excelluisse dicuntur. Atqui Pollux alia pilae paruae ludorum genera proponit, Aporraxim, & Vraniam, in quo scilicet sese reclinantes pilam in caelum proijciebant, & antequã ter-

Athenaeus 1. Dhipnosophist.

ram attingeret, excipiebant. Ceterum pilam magnam duos quoq. D
ludendi modos non ſolum ex ipſius pilae magnitudine, uerũ etiã
ex manuũ figura a ſuperioribus diuerſos effeciſſe, Oribaſius ex An
tyllo teſtatur, quorum unus erat ludentium magna, alius maiore,
hoc tamen ambo commune poſsidebant, ut ſicuti in ceteris praedi-
ctis luſores ſummas manus ſemper humeris humiliores, ita in hac
ſemper capite altiores tenerent, quandoq. etiam ſummis pedibus
ambulabant, ut manus altius extollerent, quandoq. ſaltabant, cum
ſcilicet pila ſuper eos ferebatur, in qua proijcienda uehemẽter bra-
chia agitabant. Inanis porro, ſiue uacua, quod tertium pilae genus
fecimus, qualis fuerit, haud ſatis explicatum habetur: ſi quid tamen
coniectura ex Antylli uerbis aſſequi licet, credo hanc pilã, quemad
modum & ceteras, ex corio conſutam fuiſſe, in hoc ab alijs differen
tem, quod illae uel pluma, uel alia materia; haec ſolo uento, ſiue E
aere plena foret, atq. tantae magnitudinis, ut ipſa difficulter lude-
retur. Corycus uero quis eſſet, quomodoue ludus ille perageretur,
cum Antyllus apud Oribaſium clariſsime expreſſerit, eius oratio-
nem huc traducere ſtatui, quae ita in Vaticano codice ſe habet.
Κόρυκος ἐπὶ μὲν τῶν ἀσθενεστέρων ἐμπίπλαται κεγχραμίδων, ἢ ἀλεύ-
ρων, ἐπὶ δὲ τῶν ἰσχυροτέρων ψάμμου, τὸ δὲ μέγεθος αὐτοῦ πρός τε δύ
ναμιν, καὶ ἡλικίαν συναρμοζέσθω, κρεμάννυται ἐν τοῖς γυμνασίοις ἄνω-
θεν ἐξ ὀροφῆς ἀπέχων τῆς γῆς τοσοῦτον, ὥστε τὸν πυθμένα κατὰ τὸν
ὀμφαλὸν εἶναι τοῦ γυμναζομένου, τοῦτον διὰ χειρῶν ἔχοντες ἀμφοτέραις
αἰωροῦσι, τὴν μὲν πρώτην ἡσύχως, ἔπειτα σφοδρότερον, ὥστε ἐπεμ
βαίνειν ἀποχωροῦντι αὐτῷ, καὶ πάλιν προσιόντος ὑπείκειν ἐξωθου-
μένους ὑπὸ τῆς βίας: τὸ δὲ τελευταῖον ἀφίασιν αὐτὸν ἔξω τῶν χειρῶν
ἀπώσαντες, ὥστε ὑποστρέψαντα σφοδρότερον ἐμπίπτειν σώματι ἐκ F
τῆς προστελεύσεως: τὰ δὲ ὕστατα τὰ ἐπὶ πλεῖστον οἰκίσαντες αὐτὸν
ἀποπέμπουσι, ὥστε ἐκ τῆς προσόδου, εἰ μὴ σφόδρα προσέχοιτο ἀπο-
στρέφεσθαι. ποτὲ μὲν οὖν ταῖς χερσὶν ἀντιβαίνουσιν αὐτῷ προσιόντι,
ποτὲ δὲ τῷ στέρνῳ τὰς χεῖρας ἀναπετάσαντες, ἄλλοτε ἀποστρέφοντες
lib.6.coll. κατὰ μετάφρενον. i. Corycus in corporibus imbecillioribus grano
„ ficulneo, aut farina, in robuſtioribus arena impletur: eius uero ma-
„ gnitudo ad uires corporis, & ad aetatẽ accommodatur, ſuſpenditur
„ autẽ in gymnaſij ſuperne e culmine, tantumq. a terra diſtat, ut ſun
„ dum ad eius qui exercetur umbilicũ pertineat, hunc utriſq. mani-
„ bus tenẽtes qui exercentur, primũ quidẽ quiete, poſtea uero uehe-
„ mentius geſtant, ita ut ipſum recedentem conſequantur, & iterum
„ redeunti cedant uiolentia compulſi, poſtremo vero eum e manibus
„ reijcientes emittunt, ut cum reuertitur, uehementius corpori ad-
uentu

A uentu suo occurrat, ad extremū uero in sedem suā saepissime resti- „
tuendo dimittunt, ut ex congressu si non ualde aduertant, retroce- „
dat, ex quo fit, ut quandoq. manibus occurrant, dum propinquat, „
quandoq. uero pectore manibus passis, quādoq. uero ijs ad terga re „
uolutis. Hactenus Antyllus. qui tametsi figurā Coryci ut pote omnibus tunc temporis notam non exprimat, coniectura tamen assequi possumus & ipsum sphaericū, aut saltē rotūdum ex materia coriacea exstitisse, alioqui si angulare fuisset in occursu & manus, & pectus non sine laesione percussisset. Haec autē si uidisset Fuchsius, sane intellixisset, Valeriolam non sine ratione aduersus ipsum contendisse, follē & corycum paullo minus, quam caelū, & terram distasse. Neq. etiam satis mirari soleo antiquissimum scriptorē Caelium Aurelianū, qui lib. v. tard. pass. cap. ult. dicit uariā uolutationē
B in palaestra esse uocatā à Graecis celadian atq. choricomachian, nisi sit in codice deprauatissimo error, ut puto. De hoc intelligendum est adagium illud, πρὸς κώρυκον γυμνάζεσθαι. quo genere certaminis Apuleio in Thessalia certatum est. De hac quoq. exercitatione uerba fecit Hippocrates, siue Polybus, ubi κωρυκομαχίαν, falso a Cornario follē interpretatā, ad attenuandū corpus probauit: quēadmodū & eandē intellexit Aretaeus, ubi pro elephanticorū exercitationibus κωρυκοβολίας probauit, quas bonus ille interpres, nescio quo spiritu, perae, aut sacul' iactus, inepte satis transtulit. Eandem quoq. intellexisse Coeliū Aurelianū existimo, cū ad polysarciam diminuendā corycomachiam (sic enim legendum est) cōmendauit ijsdē prope remedijs usus, q̄ ab Hippocrate loco citato proposita sunt. unde argumentatus sum, Auctorē sicuti cetera, ita & cory
C machiā ab Hippocrate mutuatū esse. quamuis textus iudicio meo deprauatus sit. Locum ubi ludebatur, Coryceum apud Vitruuium appellari, censuerunt aliqui: quorū sententiam postquā in superioribus refutauimus, nil aliud dicendū est. Atq. haec de quattuor pilae ludi graecorū generibus, uidelicet pila parua, pila magna, pila inani, & coryco. quae omnia diuersa inter se exstitisse, non modo ex descriptionibus nuper allatis manifesto constat, uerum etiam ex Galeni uerbis in secundo de tuenda ualetudine scriptis: ubi inter ceteras gymnasiorum exercitationes corycū, pilam paruam, & pilam magnā, separatim recenset, sicut & Paulus Aegineta ipsum imitatus. quod profecto non fecissent nisi quaedā inter se diuersa exstitissent pilarum genera, & diuersae etiam cum ijs factae exercitationes. Quae nūquid omnes in Graecorum gymnasijs exercerentur, parum scire refert. sat sit intelligere, medicam gymnasticam, atque

bellicam,& praesertim pueris edocendis incumbentem pilarũ exercitationes usurpasse, neque ad ualetudinem[, ac agilitatem comparandam, augendamue eas ceteris inferiores existimasse. Admirari autem nemo debet, si nos in superioribus ludos inter athleticas exercitationes reposuimus, & subinde multas quoque bellicas medicasq. exercitationes ludos uocamus, ut nuperrime de pila dictũ est a nobis: quoniã & ueterum,& recentiorũ tam Graecorũ,quã Latinorum loquendi mos obtinuit, ut multas exercitationes παιδιάς, & ludos uocarent,aut quod a pueris qui παῖδες Graece dicuntur, ut plurimũ fierent,aut quod illi,qui exercentur,non serio, sed ioco agere uideantur,siue gratia sanitatis,siue alterius rei id efficiãt. ludi uero,quos athleticae esse nos dicimus,ita proprie uocabantur, quoniam solatij,& uoluptatis solius gratia in otijs festiuis agebantur. D E

De Pilae ludo secundum Latinos. Cap. V.



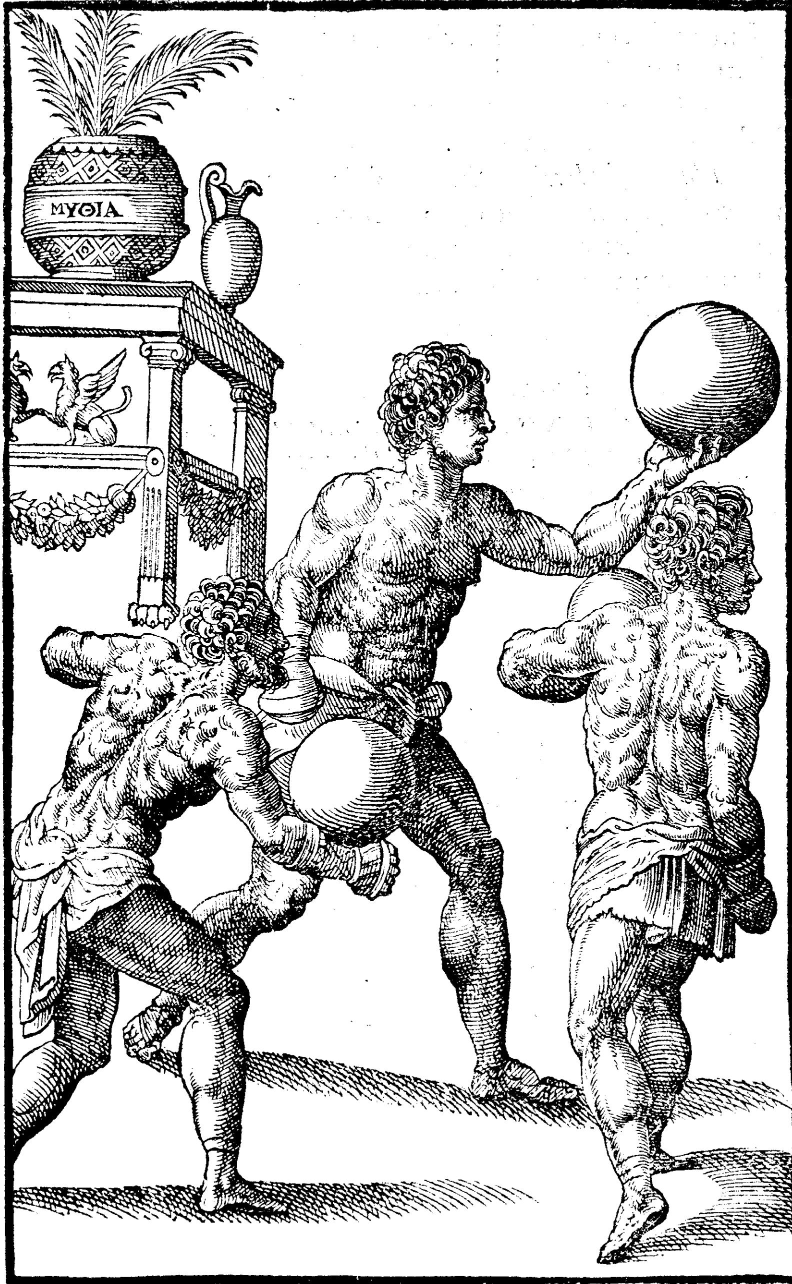
POSTQVAM pila ludendi Graecis usitata genera satis explanauimus,superest & ea,quae a Latinis & in vsu habita,& scriptis tradita reperiuntur,explicare: unde, in quibus ambo cõuenerint,& in quibus diuersi fuerint, perspicuum futurum spero. Quattuor igitur fuisse pilae genera etiam apud Latinos,quibus ludebant,inuenio,follem,trigonalem, paganicam, & harpastum, quae omnia sub nomine Italicae sphaerae a Coelio Aureliano medico complexa nonnulli credunt. Follis erat pila magna ex aluta confecta,soloq. uento repleta, quae si maior erat,brachijs impellebatur, & simpliciter pila interdum nuncupabatur,ut apud Nonium ex Varrone, Purgatum scito, quoniam uidebis Romae in foro ante ianienas pueros pila expulsim ludere; & apud Propertium lib.3. F

Cum pila veloces fallit per brachia iactus.

interdum quoq. pila uelox, ut apud Horatium Sat.lib.2.Sat.2.

Seu pila velox
Molliter austerum studio fallente laborem,
Seu te discus agit.

Huiusmodi etenim pilae exercitationem licet uidere in Gordiani tertij Imp.Rom.nummis, quos hic depictos adposuimus, & ex quibus conijcere licet, unumquemque lusorum propriam pilam habuisse, atque eum ludum in sacrificijs Pythijs apud Apolloniatas adhibitum esse,ut tum ex uoce ΠΥΘΙΑ, tum ex palma, atque sacrificatorijs uasis colligere non est difficile.


ΜΥΘΙΑ

Si uero minor erat, pugnis eijciebatur, atq. pugillaris follis, vt apud Plautũ in Rud. ex templo Hercle ego te follem pugillatoriũ faciã; uocabatur. Interdũ quoq. hanc eandem pilam Folliculum appellatam credo, sicuti a Suetonio in uita Augusti, quem hoc pilae ludo ualde delectatum narrat. Quomodo uero Martialis lib. 4. dixerit. D

Plumea seu laxi partiris pondera follis,

cum ex corio uento repleto pila haec consueretur, & non pluma, ut omnes fere Latini auctores uno ore fatentur, quidquid alij respondeant, opinor ego ob leuitatem follis pondera plumea dixisse. cuius leuitatis gratia neque pueri, neque senes alioqui imbecilles inter ludendum uel nimium quid defatigabantur, & propterea idem Martial. alibi scriptum reliquit.

Lib. 14. *Ite procul iuuenes, mitis mihi conuenit aetas,*
Folle decet pueros ludere, folle senes. E

Nã ut hoc genere ludi corpora imbecilliora exerceri ualerent, non modo leuis pila efficiebat, uerũ ẽt dicatus lusui locus nullis lapidib. aut lateribus sternebatur, ne laberẽtur pedibus ludentes, &, si forte lapsi essent, ex casu damnũ nõ paterẽtur; & propterea, cũ solũ minime pauimẽtatũ foret, ex continuo terrae attritu puluis excitabatur: q̃q̃ ẽt fieri põt ut pauimẽto luderẽt, sed puluere humili & exiguo illud adspergeretur, ita ut pilã resilire nõ impediretur, atq. ludentiũ pedes magis firmarẽtur. Nã in puluerulẽto solo fieri hanc exercitationẽ consueuisse, innuit Martialis lib. 12. ubi Menogenem quendã ex Thermis ob delectationẽ exire nescientẽ in hunc modũ carpit.

Effugere e Thermis, & circa balnea non est,
Menogenen, omni tu licet arte uelis,
Captabit tepidum dextra laeuaque trigonem, F
Imputet exceptas ut tibi saepe pilas,
Colliget, & referet lapsum de puluere follem,
Et si iam lotus, iam soleatus erit:

Numquid autẽ ludus iste fuerit unus ex ijs, quos superius secundum Graecos auctores enarrauimus, uariae sentẽtiae fuerunt. Alij enim crediderunt pilam magnã Graecorũ, & follẽ Latinorũ idẽ fuisse, inter quos fuit Thomas Linacer, qui cum in 2. de tu. ual. corycũ follẽ traduxisset, in sexto postmodũ libro magnam pilam iterum follem transtulit, quasi corycus, & pila magna non differret apud Galenũ, qui expresse & pilã paruam, & magna, & corycũ distinxit. Alij maluerunt corycum Graecorum, follẽ Latinorũ fuisse: atq. hanc opinionẽ maior pars recentiorum scriptorum habuit, inter quos fuere quidam, qui apud Oribasiũ caput Coryci, de folle pugillatorio inscriben-

2. d tu. ual.

A ſcribendum iudicarunt. ſed hi oẽs magnoperè alucinantur: & primo, qui crediderunt follẽ & magnam pilam idẽ fuiſſe, duabus rationibus redarguuntur, quarum altera eſt, qđ ludẽtes magna pila ſemper ſummas manus capite altiores tenebant, quandoq. etiam ſummis pedibus ambulabant, ut manus altiores tenerent: altera eſt, qđ Oribaſius ludũ pilae magnae nõ modo aegrotis, ſed etiam cõualeſcentibus, atq. bene ualentibus inutilẽ iudicauit, quorum neutrum habuiſſe follẽ, facile eſt ex ſuperioribus iudicare. Qui uero follem corycum fuiſſe exiſtimarunt, multis rationibus & ipſi erraſſe deprehenduntur. Primo, quoniã corycus e culmine gymnaſiorũ ſuſpendebatur, follis libere emittebatur. Secũdo corycus ficulneo grano, aut farina, aut arena implebatur, follis ſolo uento. Tertio follis in puluere exercebatur, corycus uero nõ. Fuerũt itẽ qui follẽ pilã inanem ſuperius a nobis ex Antyllo deſcriptam fuiſſe crediderũt. quiB bus ego libenter aſſentirẽ, niſi Martialis dixiſſet, follẽ mitiori aetati cõuenire, & Antyllus pilae inanis exercitationẽ non admodũ facilẽ, neq. aptam, & ideo omittẽdam eſſe cẽſuiſſet. Colligo igitur ex his omnibus, quod cũ follis neq. inanis pila Graecorũ, neq. magna eorundẽ, neq. corycus fuerit, eum illos ignoraſſe. nemo enim eſt, q̃ paruam pilam follem reputauerit. Porro Trigonalis pila, qua ludebatur, parua erat, ita nuncupata uel a loco, ut uoluerũt nõnulli, ubi ea exercebãtur, qui locus triangularis erat; uel potius a ludentiũ (qđ magis credibile eſt) numero, figura, & ſitu. hanc eſſe aliquando pilã ſimplici nomine appellatam inuenio, ut apud Martialem lib. vij.

Non pila, non follis, non te paganica Thermis
Praeparat, aut nudi ſtipitis ictus hebes:
Vara nec iniecto ceromate brachia tendis,
C *Non harpaſta vagus puluerulenta rapis.*

Si enim ſola quattuor pilae genera facimus, neceſſario cum ceterae nominentur, Trigonalis ſub pila ſimplici cõplectetur: de hac ſimiliter locutũ credo Celſum, quando dixit, ab aluo citata uexatis pilã, lib. 1. c. 6. & reliqua ſuperiores partes exercentia conuenire, quoniam in huiuſcemodi ludo partes inferiores fere ſemper firmae manebant, ſuperiores perpetuo agitabantur. Quomodo uero perageretur exercitatio iſta, facile conijcere poſſumus ex Martialis uerbis, in quibus demõſtrat, luſores ita triãgulari ſitus figura colludere ſolitos, ut manibus utriſque modo ſiniſtra, modo dextra pilam uiciſsim expellere, & excipere ualerent, ne umquam caderet. in quo ſummã ludentium laudẽ fuiſſe ueriſimile ſit, ſicut in lib. 7. ubi Polybum quendã laudat ob agilitatem ſiniſtrae manus in iacienda excipiendaq. pila.

Sic

Sic palmam tibi de Trigone nudo D
Vnctae det fauor arbiter coronae,
Nec laudet Polybi magis sinistras. & libro. 12.
Captabit tepidum dextra, leuaq. trigonem. & libro. 14.
Si me nobilibus scis expulsare sinistris
Sum tua, si nescis, rustice redde pilam.

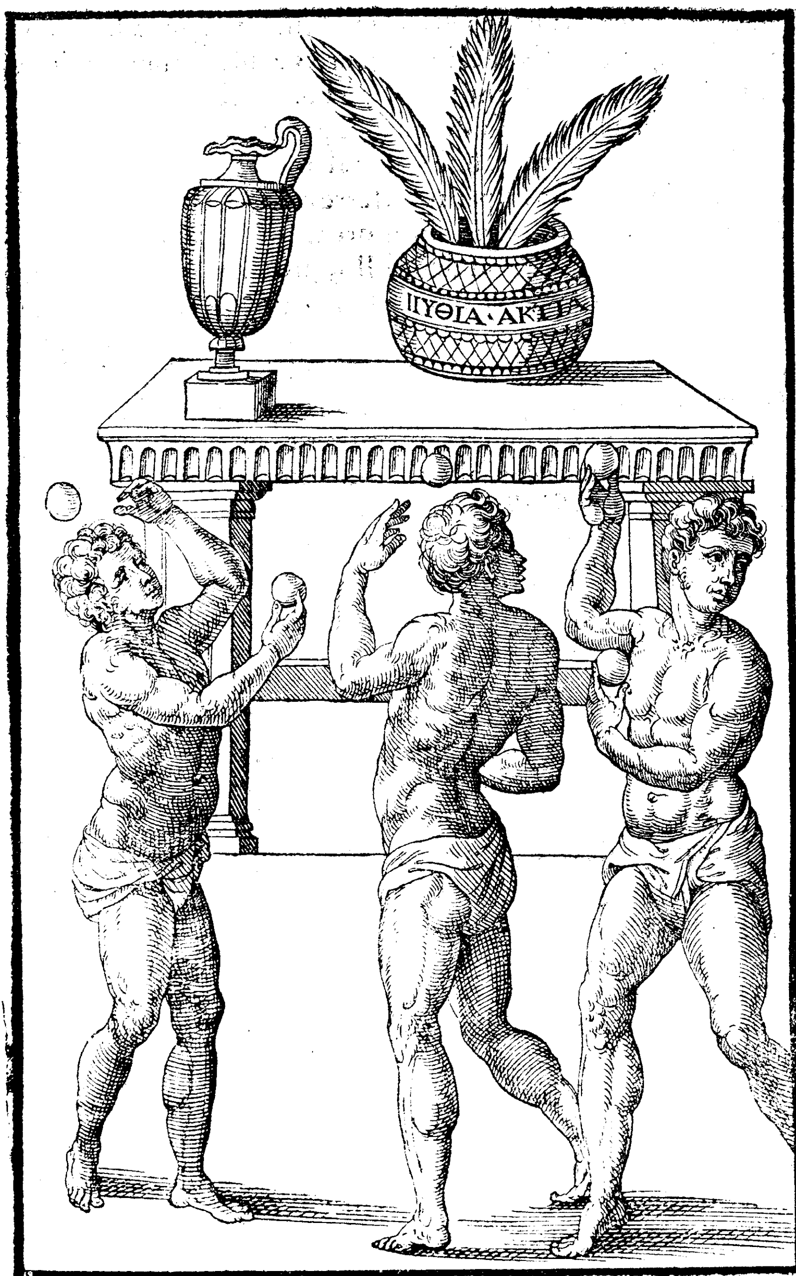
Ex his mehercle patet consueuisse trigone ludentes a se inuicẽ modo mittere, modo excipere pilam, modo sinistris, modo dexteris, eo prope modo, quo nostrates pila parua supra funiculum ludunt, & quo etiam Antyllus tertium paruae pilae lusum descripsit. Cur uero Mart. tepidum trigona dixerit tum loco supra citato, tum lib. 4.

Seu lentum ceroma teris, tepidumue trigona:

haud satis mihi constat. attamen, si quid diuinare conceditur, dicerem propterea trigona tepidum dixisse, uel quod homines luden- E
do ob uehementem utriusq. manus laborem, & assiduo motus pilae tenore magis incalescerent: uel quod locus, ubi ludebatur tepidario in gymnasijs uicinus foret, & propterea ludentes tam loci, quam pilae teporem quendam perciperent. ita uero fuisse, uerisimile uideri potest: cum supra tum ex Galeni, tum ex Martialis sententia demonstrauerimus, post pilae ludum statim consueuisse balnea calida ingredi. Nisi malimus dicere, poetam trigona tepidum dixisse, quia ex continuo motu pilae in manibus ipsa tepida euadebat, eo modo, quo Propertius libro 1. in Elegia Ianuae conquerẽtis dixit Tepidum limẽ, quod ex cõtinuo supra ipsum statu tepesceret.

Nulla ne finis erit nostro concessa dolori,
Turpis, & in tepido limine somnus erit?

Exemplũ trigonalis pilae mihi uidetur illud, quod in nummis M. F
Aurelij Antonini apud Byzantios excusis hunc in modum apparet. Quem item ludum in sacrificijs Apollinis Pythij Actiaci adhiberi solitum, memoriae proditũ est. Eundem propè aut similẽ paganicae pilae lusum describi existimo à Petronio arbitro in satyricis ubi hũc in modum scribit. Videmus senem caluum tunica uestitum russea inter pueros capillatos ludentes pila. Nec tam pueri nos, quamquam erat operaeprecium ad spectaculum duxerant, quam ipse paterfamilias, q soleatus pila sparsiua exercebatur, nec eam amplius repetebat, q̃ terrã cõtigeret, sed follem plenũ habebat seruus, sufficiebatq. ludentibus. Notauimus etiã res nouas. Nã duo spadones in diuersa parte circuli stabant, quorũ alter matellã tenebat argenteam, alter numerabat pilas, non quidem eas, quae inter manus lusu expellentes uibrabantur, sed eas quae in terram decidebant.


ΠΥΘΙΑ

Succedit paganica pila sic appellata, quod esset uulgaris admodum, D & in uillis pagis uocatis; uel in pagis urbis ut plurimum in usu haberetur. Nam Dionysius antiquitatum lib. 4. refert, Romã in quattuor tribus olim partitam fuisse, quae & pagi, sicut earum habitatores Pagani, nominabantur. siue igitur ab istis pagis, siue a uillis paganica pila denominata sit, parum referre credo. sat est, pilam fuisse ex corio pluma repleto, trigonali latiorem, nõ ita tamen ut est follis, laxam, sed duriorem; siquidem follis, qui uento replebatur, etsi quanto durior erat, tanto facilius eo ludebatur, quanto laxior, tanto difficilius, ut etiam tempestate nostra quotidiana experientia comprobat, tamen paganica pila quo etiam durior esset, & pluma replebatur, & non ita replebatur, ut laxa usquam foret, sed undequaque durissima, & propterea difficulter ea ludebatur, quemadmodum uenustissime Martialis hoc disticho ostendit Libro 14. E

Haec quae difficilis turget paganica pluma,
Folle minus laxa est, & minus arcta pila.

Sub nomine enim simplici pilae intelligi aliquando follẽ, aliquando trigonalem, paullo ante significauimus. Iterum illud ignorari hoc in loco nolo, etiam in gymnasijs paganicae pilae exercitationem in usu exstitisse, ut idem Martialis lib. 7. testatum reliquit.

Non pila, non follis, non te paganica thermis
Praeparat, aut nudi stipitis ictus hebes.

Nam cum saepius a nobis indicatum sit cõsueuisse fere omnes, qui sese in gymnasijs pila exercebant, prius pila ludere, & deinceps statim balnea ingredi, Martialis illis uersibus demonstrat, inter ceteros pilae ludos in gymnasijs se exercentium ad balnea praeparatorios paganicam quoq. adnumeratam esse. Vltimum & quartum Latinorum pilae genus harpastum fecimus. quod ob nominis similitudinem idem prorsus uidetur quod ἀρπαστὸν Graecorum: erat enim pila, quam ludentes alter alteri eripiebat cuius uero magnitudinis, & ex qua materia foret, haud quaquam ab ullo auctore explicatum habemus, nisi quod Athenaeus his uerbis manifestum facit, harpastum rotundum fuisse. τὸ δὲ καλούμενον διὰ τῆς σφαίρας ἀρπαστὸν, φενίνδα ἐκαλεῖτο, ὃ ἐγὼ πάντων μάλιστα ἀσπάζομαι. id est, Lusus autem pilae harpastum nuncupatum phenında uocabatur, quem ego maxime omnium diligo. Sicut etiam uerisimile fit ex corio sicut ceteras pilas constasse. quae omnia, propterea quod tunc tẽporis nulli ignota erant, auctores scribere dimiserunt. Ceterum eius magnitudinem omnino explicasse Galenus uidetur, qui dum in libro de ludo paruae pilae harpastum appositissime describit, illud

paruam

A paruam pilam & non mediam inter paruam & magnam; quemadmodum uoluerunt nonnulli, fuisse comprobatur. unde & ludus, qui hodie a calce nuncupatur, etsi in aliquibus assimiletur harpasto, in hoc tamen ab harpasto antiquorum differre uidetur, quod illud paruum erat; pila autem, qua nostrates calce ludunt, maior est. Nam & antiquiores in puluerulento solo hac pila ludebant, ut testatus est Martialis lib. 4.

Siue Harpasta manu puluerulenta rapis. & libro 7.

Non Harpasta vagus puluerulenta rapis & libro 14.

Haec rapit Antei velox in puluere Draucus,
Grandia qui vano colla labore facit,

Quae omnia argumento esse possunt, hanc exercitationem perarduam fuisse, solisque ualidioribus hominibus conuenisse. quod B etenim nequaquam mulieres hoc genere ludere ualerent, praeter Ouidij testimonium de ludis uirorum ita scribentis,

Hos ignaua iocos tribuit natura puellis,
Materia ludunt vberiore viri.
Sunt illis celeresq. pilae, iaculumq. trochique,
Armaque, & in gyros ire coactus equus:

eiusdē poetae uersus comprobant, ubi Philaenim quandam tribadē exprobrans, quod omnibus fere uirorū munijs fungeretur, quasi rē mulieribus prae alijs maxime insuetā ageret, post multa dixit, 3. de arte amandi.

Harpasta quoque subligata ludit.

Ideo mirari soleo, cur Coelius Aurelianus in curāda puerorū epilepsia uelit nutrices sphaerae ludo, uel aliqua saltatione exerceri: nisi sit sphaera apud ipsum follis, quem & pueros, & senes usurpasse, supra docui. Auicenna cuiusdam pilae ligneae mentionē facit, de qua posterius uerba faciam, cum ad praesentē de sphaeristica altera saltatoriae parte tractationē minime pertineat, de qua haec satis. Lib. 1. ser. 3. trac. 2. cap. 2.

C

De Orchestica, siue tertia saltatoriae parte. *Cap. VI.*



TRES saltatoriae partes, cubisticā, sphaeristicā, & q̄ nomine generis uocatur simpliciter, saltationē, in superioribus effecimus: quarū duabus iam declaratis tertia modo subuectēda uenit. de qua haec a nobis declarabūtur, primo qd fuerit, secūdo quot species habuerit tertio cur ea uterent maiores nostri, quarto & ultimo in quo loco, & a quibus exerceretur. Aristoteles itaq. in principio suae poetices, cū dixisset, oīa poeseos genera in hoc conuenire, quod imitatione sint, imitationes diuidit

dit, quarum alias tradens diuersis generibus imitari ut uel harmo- D
nia, uel rythmo, uel nudo sermone; alias diuersas res, ut uel meliores, uel similes, uel deteriores; alias diuerso modo ut uel agẽtes, vel introducentes, uel narrantes, atq. aut alienam personam indutos, aut non mutatos; de saltatione haec concludit: αὐτῷ δὲ τῷ ῥυθμῷ μιμοῦνται χωρὶς ἁρμονίας, οἱ τῶν ὀρχηστῶν, καὶ γὰρ οὗτοι διὰ τῶν σχηματιζομένων ῥυθμῶν, μιμοῦνται, καὶ πάθη, καὶ ἤθη, καὶ πράξεις. i. Numero uero ipso sine harmonia, imitantur saltatores: isti enim numerosa gesticulationis uarietate, mores, passiones & actiones imitãtur. Ex qua oratione apparet, ὄρχησιν, siue saltationẽ, nihil aliud fuisse, quam facultatem quandam motibus, ac gestibus corporis, artificio quodam, numero, & ratione factis, imitandi hominum mo-
Cap. 4. - res, affectus, & actiones. qui enim in 7. ciuilium dixerat, nihil esse in rerum natura, quod magis exprimat rerum similitudines, quam E numerũ, & cantum, sapienter etiam scripsit, saltatores in imitandis actionibus numero uti. Quomodo haec per numerosos motus efficeretur imitatio, unus omnium clarissime post Aristotelem expres-
Prob. 15. sit Plutarchus, qui in ix. Conuiuialium saltationem tres partes habuisse scripsis, lationem, figuram, & indicationem; eo quia tota ipsa ex motibus, & habitudinibus, & quietibus constaret, perinde ac harmonia ex tonis atq. interuallis: lationem dicit ipse nil aliud fuisse, quam motionem affectus alicuius, uel actionis, uel potentiae repraesentatiuam: figuram uero fuisse habitudinem, dispositionemque, in quam motio siue latio terminabatur, nempe quando saltatores quiescentes secundum Apollinis, uel Panis, uel alicuius Bac-
7. de leg. chae (ut est apud Platonem) figuram dispositi in corporis similibus formis graphice aliquantulum persistebant, indicationem au- F tem fuisse non proprie imitationem, sed alicuius rei, nempe terrae, caeli, uicinorum numerosis, atque ordinatis motibus factam declarationem. quemadmodum namque poetae, dum imitantur, alias nominibus fictis, alias translatis utuntur; dum uero indicant, propria nomina usurpant: similiter saltatores imitantes, figuris, & habitudinibus; declarantes autem, res ipsas praedictis indicationibus utuntur: adeo ut, secundum Platonem, Aristotelem, atque etiam Plutarchum, tota haec saltatoria facultas in imitatione solo motu facta cõsisteret. ipsiq. saltatores nil aliud actitarent, nisi quod sese mouentes numero, & ordine gesticulantes, aut lationibus, & figuris mores & affectus imitabantur, aut indicationibus declarabant, aut omnibus simul mores, perturbationes, atque actiones hominum repraesentabant. unde non absq. summa ratione Simoni-

des

A des poeta saltationem poesim tacentem, sicuti poesim saltationem loquentem uocare solebat: quamquam refert Plutarchus, tempesta te sua ueram saltationem a musica, cui associabatur, deprauatam fuisse; atque a caelesti illa decidentem in tumultuosis ac indoctis Theatris instar tyranni cuiusdam imperium tenuisse, idq. postmodum usque ad tempora nostra permanasse, in quibus omnis saltatio corrupta est, omnes cordati uiri cognoscunt. Quibus autem primus huiuscemodi saltationem hominibus demonstrauerit, satis cōpertum non habetur, nisi quod Theophrastus apud Athenaeum refert, Androna Cataneum tibicinem, dum sonaret, motiones atque numeros corpore effecisse, & ob id apud ueteres saltare uocatum fuisse sicelissare; post quem Chleophantus Thebanus, & Aeschylus multas saltatoriae figuras inuenerunt, quas βαλλισμοὺς Sicula uoce appellatas Epicharmi auctoritate insinuat Athenaeus. B unde & hodie apud multas Italiae nationes Balli nomen adhuc perdurat. Fuit porro haec saltatio tantae existimationis, atq. honoris apud antiquiores, ut Apollinem saltatorem uocarent, quemadmodum Pindarus:

Loco citato.

8. dipnos.

Ὀρχηστὰ Ἀγλαΐας ἀνάσσων εὐρυφάρετρ᾽ Ἄπολλον: idest:
Saltator rex splendoris, pharetrateque Apollo.

atque illa quandoq. ad tibiarum, uel lyrae, uel alterius instrumenti sonitum, uel ad cantum, uel absque alia re peragebatur. Species autem illius innumeras fere recensuerunt Homerus, Plato, Xenophon, Aristoteles, Strabo, Plutarchus, Galenus, Pollux, & Lucianus: quae illarum praestantiores & illustriores habebantur, uel a regionibus, in quibus in usu erant, aut repertae & illustratae fuerant, nomen susceperunt; uel ab inuentore, & modo, quo efficiebantur: C a regionibus appellatae sunt Laconicae, Troezenicae, Epirephyriae, Cretenses, Ionicae, Mantiniacae, Gaditanae, de quibus sic Iuuenalis.

Forsitan exspectes ut Gaditana canoro
Incipiet prurire choro, plausuq. probatae
Ad terram tremulo descendat clune puellae,
Irritamentum Veneris languentis, & acres
Diuitis urticae

Sat. 11.

& huiuscemodi aliae. Ab inuentore autem & modo uocatae fuerunt aliae Pyrrhichiae a Pyrrhicho quodam Lacone, seu, ut alij malunt, a Pyrrho Achillis filio inuentae, in quibus armati saltabant cum cantu, & sine cantu. ut uidere licet ex icone ab antiquis lapidibus excepto, quem hic ponendum curauimus.



PYRRHICHIA SALTATIO

A (Pyrrhichias autem nostris temporibus aemulantur illa pugnarum genera, quas Morescas populari uocabulo appellant.) Atque hae uaria nomina obtinuerunt, ut Orsitis, & Epichiedios penes Cretenses, Carpaea apud Aemanéses & Magnetes, de qua Xenophon. 6. de exp. Cyri. libro, apochinos siue mactrismos, quam mulieres saltabant, & ob id Martypiae uocabantur, & quae stabiliores, & uarietate maiore praeditae erant, ut dactyli, iambici, molossica, emmelia, cordax, sicinnis, persica, phrygia, nicatismus, thracius, calabrismus. Telesias a quodam viro Telesio, qui primus eam armatus saltauit, sic uocata, qua utentes Ptolemaei milites Alexandrum Philippi fratrem sustulerunt, aliae tornatiles siue uersoriae quod se in circum uertentes saltarent. Erotianus, qui Andromacho Neronis, quod scribit Galenus, archiatro contemporaneus exstitit, has B saltationes δῖνας uocatas scribit, aliae insanae, ut caudifer, mongas, Thermaustris, nec non anthema, quam saltantes obibant, ita dicentes, ubi mihi rosae, ubi mihi lilia, ubi mihi apia: aliae ridiculae, ut igdis, mactrismus, apochinos, & sobas, morphasmus, Glaux, & leo: aliae scenicae, quales tragica, comica, & satyrica: aliae lyricae, quales pyrrhichia, gymnopaedica, & hyporchaematica. quae omnes quomodo fierent, non est praesentis tractationis declarare: satis sit intelligere hanc tertiam saltationem tot atque plures adhuc diuersas species, quibus libellum proprium dicauit Lucianus, habuisse, sicut etiam diuersis motibus tam pedum, quam manuum utebatur. cum enim motus omnis ex sententia Aristotelis ex impulsu, atque 7. Phys. tractu cõponatur, saltantes aut impellebant corpus, aut trahebant; & hoc sursum, uel deorsum, uel prorsum, uel retrorsum, uel dex- C trorsum, uel sinistrorsum: a quibus postea motibus componebatur simplex ambulatio, flexus, procursus, saltus, diuaricatio, claudicatio, ingeniculatio, elatio, iactatio pedum, permutatio: quibus tota saltatio perficiebatur.

De fine saltationis, & de loco. *Cap. VII.*



CVM antiqui in certaminibus, atq. uenationibus, pedum exercitationibus fere semper studerent, manibusq. mouēdis nullam curam adhiberent, uerisimile fit, ut prius saltatoria partes inferiores dumtaxat exercens inuenta sit, deinceps χειρονομία, quae ordinatas manuum motiones edocebat, ei adiuncta sit, ut una cum ceteris praedictis motionibus manuum connexionem, consertionem, compectinationem, distentio-

nem, complexum, alternationem saltatores peragerent: atque ita uniuersa saltatio ex motibus tam manuum, quàm pedũ ad repraesentandas res formatis conflata sit. quod autem saltantes praecipue brachia mouerent, significauit & Ouidius ubi dixit: D

1.& 2 đ arte aman. *Si vox est, canta, si mollia brachia, salta.* &
Brachia saltantis, vocem mirare canentis.

Huius finis primarius licet (vt diximus) imitatio foret, nihilominus alios etiam fines eam habuisse comperio: nam ad theatra, & ad ludos uoluptatis gratia, nec non ob religionem quandam ad sacrificia in usu fuisse praeter Platonem atque Plutarchum testatur Galenus, qui in principio curatiuae artis uehementer contra sui temporis homines inuehitur, quod saltatoriae nimis operam darent, quasi solis uoluptatibus, & ludis dediti bonas artes negligerent. Quod pariter ad quaerendam corporis fortitudinem militaremque peritiam eadẽm saltatione maiores nostri uterentur, tametsi supra ex Platone comprobatum fuerit, tamen addendum est illud, quod omnis armata saltatio pyrrhichia uocitata nõ ob aliud inuenta fuit, nisi quo uirtute illius tam pueri, quàm uiri & mulieres modo hostes effugere, modo inuadere, aliosq. gestus bellis gerendis necessarios perdiscerent. unde apud Xenophontem Paphlagones Mimã saltatriculam a Myso pyrrhicham saltare iussam conspicati, admirãtes graecos interrogaunt, numquid mulieribus etiam in pugna uterentur. in hoc quidem saltationis genere cum Phrynicus se excellenter in fabula gessisset, illum sibi Imperatorem Athenienses delegerunt. Neque etiam difficile est indicare hanc eandem saltationem & bono habitui comparando, & sanitati conseruandae nõ parum conduxisse: quandoquidem de manuum gesticulatione, quam χειρονομίαν uocant graeci, scriptum reperitur & ab Hippocrate & ab Aretaeo, atque alijs, pro exercendis & sanis & interdum aegris corporibus usurpatam esse. Temporibus uero nostris saltationes alias tempore, ordine, & certo modo factas talem utilitatem praestare nemo negaret, quemadmodum Galenus se plurimos sanitati restituisse, aliosq. in ea solius saltationis auxilio conseruasse confitetur: qui similiter & saltatorum exercitationes inter cetera a medico petita recensuit. dum dixit: ὀρχηστῶν αἱ σφοδραὶ κινήσεις
„ ἐν αἷς ἅλλονται μέγιστα, καὶ περιδινοῦνται στρεφόμενοι τάχιστα, καὶ
„ ὀκλάσαντες ἐξανίστανται, καὶ προσύρουσι, καὶ διασχίζουσιν ἐπὶ πλεῖ-
„ στον τὰ σκέλη. idest saltatorum uehementes motus, in quibus maxime saltant, & uelocissime uolutati circum circa uertuntur, nec non genua flectentes sursum exsurgunt, atque crura plurimum attrahunt

loc.citatis.

E

2 đ diaeta. 1. decur. cion. ca. 1.

F

hunt

A hunt, diuaricantque. ut dubitare nemo debeat, quin Orchesticam in gymnastica medicinae iure collocauerimus; praecipue quod Socrates in conuiuio Xenophōtis se saltatoriam tum ad ualetudinem efficiendam, conseruandamque, tum ad corporis robur comparandum exercuisse palam profitetur, cuius quoque gratia eum sibi amplam domum optasse ferunt. Qui uero hanc orchesticam exercerent, uarios fuisse reperio. Cinaedos maxime omnium saltandi arti operam nauasse significauit Plautus: apud quem Periplectomenus senex sic ait. Tum ad saltandum: non Cinaedus usquam magis „ saltat, quam ego. quamquam Nonius Marcellus Lucilij testimo- „ nio, atq. etiam Plauti, uult, cinaedos dictos a ueterib. saltatores ipsos, atque pantomimos, ἀπὸ τοῦ κινεῖν τὸ σῶμα. Poetae similiter omnes non modo histriones motus figuratos edocebant, uerum & ipsi B quoque interdum saltabant; nam Thespias, Pratinas, Cratinus Phrynicus poetae omnes iccirco saltatores nūcupabantur, quia non modo propria drammata inter saltantes choros repraesentabant, uerū etiam extra propria poemata uolentes omnes saltare edocebant. pueri quoque, & mulieres omnium frequentissime in saltationibus uersabantur, post quos etiam saltationi operam nauabant quibuscumque ualetudinis, & roboris gratia uel a medicis, uel a gymnastis illud agere praeceptum erat. Loca autem in quibus saltationes peragerentur, primo, dum nondum excultae forent, fuerunt uici, & plateae publicae; deinde, cum maiorem dignitatem, atque ornamentum recepissent, ad theatrorum partes quasdam translatae fuerunt, quae & ab Aristotele & a Polluce ob id orchestrae uocatae fuerunt, unde etiam chorea nomen saltationis perelegans C emanauit. a theatris ad palaestras, siue gymnasia illas traductas fuisse auctor est Athenaeus, cui assentiri uidetur Plutarchus in nono sympsiacon, ubi mentionem cuiusdam facit, qui pyrrhicam adeo egregie saltauerat, ut pueros in palaestra gesticulantes excellere uisus esset. quo etiam in loco Meniscum paedotribam saltationis iudicem effecit, ut inde plane coniectare ualeamus paedotribas gymnasiorum ministros orchesticae non paruam cognitionem habuisse. In conuiuijs item saltationem exerceri solitam fuisse testatum clarissime reliquit in Symposio suo Xenophon, sicuti Plutarchus, & Plinius nec theatra eandem respuisse memoriae prodiderunt. Cōcludo itaque saltationem a gymnastica omni acceptam esse, sicuti sphaeristicam, quae fuerunt duae orchesticae partes, in quam, & in palaestricam uniuersam ipsam gymnasticam diuisimus: atque haec satis de ipsa.

In Mil. glor. act. 5.

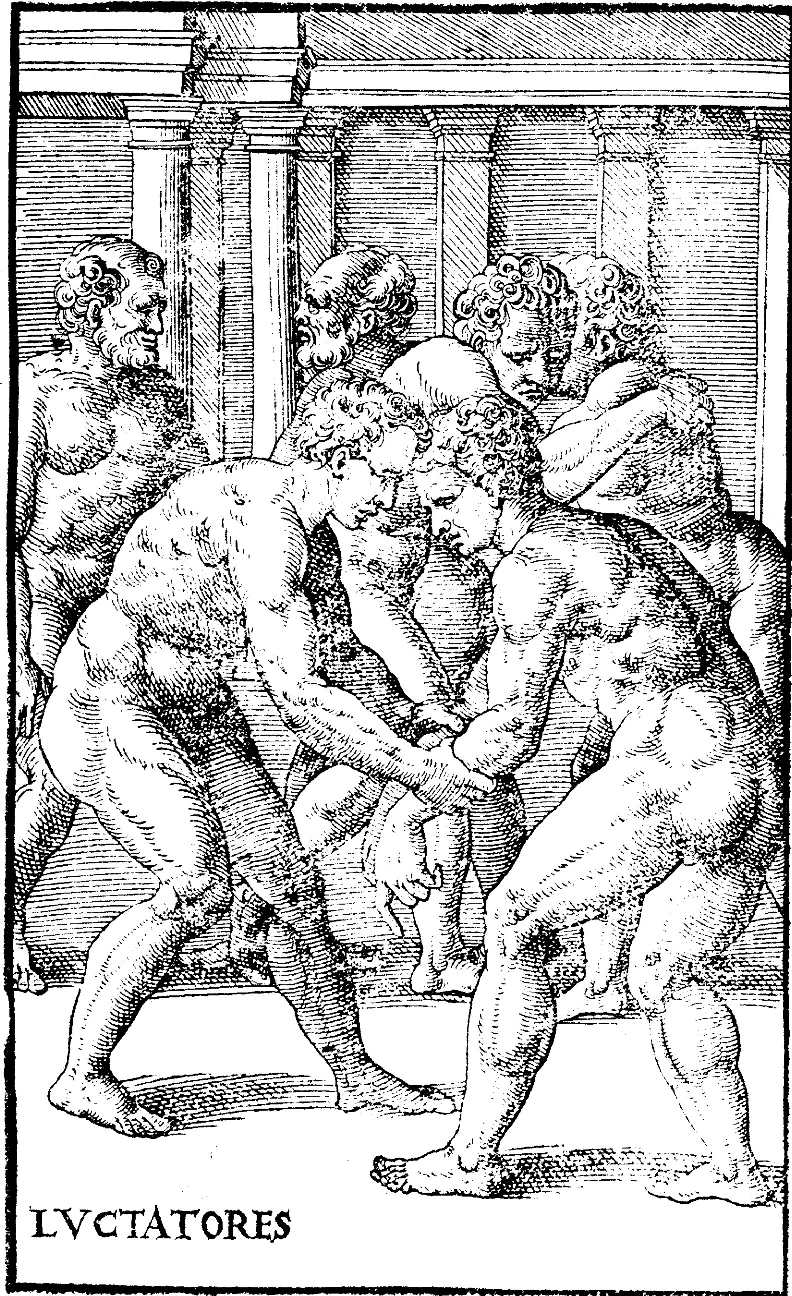
Li. 14. dip.

ECLARATA iam satis, quantum ad hanc tractationem spectabat, saltatoria, modo palaestricam, quae erat altera gymnasticae pars, ut aggrediamur, operae pretiũ est, cui post modum & reliquas exercitationes tam in gymnasijs, quam extra factas subiungemus. Palaestram multas sub se exercitationes habuisse demonstratum superius fuit inter quas continuo primum locum obtinuit lucta a Graecis communi nomine πάλη, quandoque καταβλητική siue deiectoria: a Laconibus nuncupata. Haec nihil aliud fuit, nisi exercitatio quaedã in loco gymnasij peculiari nempe palaestra, siue porticu tecta, quae xystus uocabatur, fieri solita, in qua luctatores bini nudi, uncti oleo, & puluere aspersi sese brachijs complicantes, inuicemque concertantes, E alter alterum deijcere humi contendebant, ad quod peragendum embolae, parembolae, paratheses, & systases necessario requirebantur, illudque prae ceteris quaerebatur, ut pedes primo comprehenderentur, quod Pseudolus ebrius apud Plautum significauit, de uino dicens. Captat pedes primum, Luctator dolosus est. Sed antequam certamen inirent, musculos prius calefaciebant, perfrictionibusque, ac lenibus motibus explanabant. quod si aliquando haec agere intermisissent, ijs quaedam partes rumpebantur conuellebanturque, sicuti tradit Gale. 4. de locis affectis: qui etiam alibi scriptum reliquit, hunc a gymnasticis in luctis obseruatum esse ordinem, ut numquam uehementes inirent, nisi prius faciles, & simplices essent edocti, neque has aggredi solitos antequam fricarentur, neque fricari, priusquam ungerentur. Dixi, binos quoniam etsi F plures possent uno tempore eodem in loco lucta contendere, tamen semper unus uni dumtaxat complicabatur, & apud nonnullos non solum uiro uir concertabat, sed puellae quoque iuuenibus cõtendebant, quemadmodum apud Lacones, & sicuti de Chijs refert Athenaeus. Luctam, quam non temere gymnasticae artis minimam partem credidit Galenus, non defuerunt inter antiquos, qui omnibus alijs exercitationibus uetustiorem exstitisse autumarint, nominis illius qualitate ducti, quippe cum (πάλαι) apud Graecos nil aliud, quam uetustatem iudicare uideatur: nam & locum exercitationum palaestram nuncupatum, πάλην primo nominatum constat. quamquam etiam non defuerint, ut refert Plutarchus, qui non palaestrae nomen ἀπὸ τῆς πάλης quasi antiquissima res sit lucta, deductũ esse uoluerint, sed potius quod solum haec exercitatio

Margin notes: act. 5. (beside "derentur"); Cap. 8. (beside "banturque"); 2. de diff. pul. (beside "mam partem"); 2. Sym. prob. 4. (beside "non palaestrae")

A πηλοῦ id est luti, pulueris, & ceromatis egeret; atque ad id magis impugnandum aliam quoque rationem addebant, uidelicet haud quaquam uerisimile uideri, ut lucta, quae omnium exercitationum artificiosissima, & astutissima exsistit, omnium etiam uetustissima fuerit, cum manifeste appareat, primo in usum ea uocari, quae simplicia sine ulla arte, & uia magis quam methodo consistunt: unde Sosicles πάλην ἀπὸ τοῦ παλεύειν, quod est dolo & insidijs deijcere, fuisse deriuatum maluit. Philinus autem ἀπὸ τοῦ παλαιστοῦ, idest a coniunctis, simulque connexis quattuor digitis, quia luctatores hac manuum parte praecipue operantur, quasi ita ipsa appellata sit, perinde ac pugillatoria a pugnis. quam sententiam aperte refellere uidetur Iulius Pollux, ubi nomen illud solam quattuor digitorum mensuram significare scribit, a qua mensura deduci postmo-
B dum exercitationis nomen ualde longinquum est, & proinde melius sensisse uidentur illi, qui ἀπὸ τοῦ παλῦναι natam & dictam πάλην, credunt, siue ἀπὸ τοῦ πάλλειν καὶ πάλλεσθαι, quorum alterum apud poetas, deijcere, & proijcere & spargere, quod postremum ab Homero quoque ac Hippocrate usurpatum testatur Erotianus; alterum apud Platonem in Cratylo a terra uel in manibus eleuare, quae omnia a luctatoribus intenduntur, significare constat: nisi quoque uelimus, ut alij, ita dictam ἀπὸ τοῦ πλησιάζειν, καὶ γίνεσθαι πέλας, hoc est appropinquari & uicinos fieri: quandoquidem cursores semper distabant, nec umquam appropinquabant, pugillatores pariter a designatoribus numquam complicari permittebantur, sed soli luctatores hoc agebant: ut omnia melius in Syracusanorum nummis recognoscere possumus, in quibus sic luctatores uarios repraesentari, indicauit nobis Ligorius.

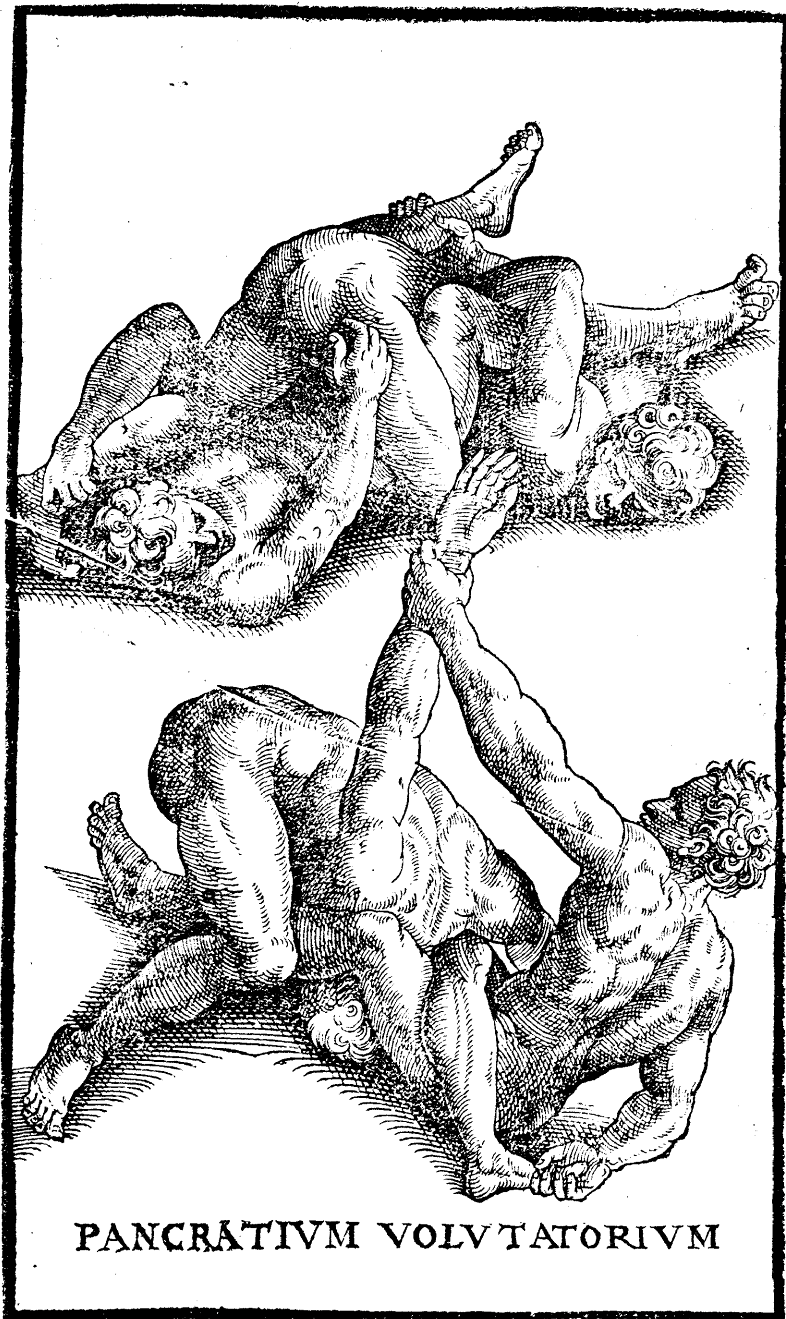



LVCTATORES

A Tota haec facultas in gymnasijs tres fines habuit, temporeq. Galeni mirũ in modũ eius peritia creuit, nempe quando refert ipse primo de art. xxiij. luctandi magistros uarias, ac multiformes membrorum distorsiones, circumnexionesq. inuenisse: primum, ut Athletae in illis exercerētur, quo in ludos sacrificia & amphitheatra exeũtes, uictoriã adipisci possent: atque huius luctatoriae auctores fuisse Antheũ, & Cercionē scribit Plato. Secundum ut ad bella homines exercerentur, quod exercitationis genus, primo in usu positum alij a Theseo Atheniensiũ principe; alij a Phorbãte Thesei paedotriba referunt. tertiũ ut homines; & pueri luctantes optimũ corporis habitũ acquirerent, sicq. sanitatem curarent; in quo usq. adeo elaborabant, & totis uiribus contendebant, ut non raro sic luctantibus ossa aliqua frangerentur, & luxarentur, quae illis palaestrico quo- 7. de leg.

B dam pacto ab alijs diuerso se remittere cõsueuisse testatur Galenus. Hoc tamen animaduertendũ esse ducó, Galenũ non modo luctam athleticã, quã respub. bene institutas odisse scribit, improbasse, uerũ & sanitati studẽtẽ interdũ parce laudasse, ut pote qua robur quidẽ augetur, at luxationis, ac fractionis ossium, necnon suffocationis periculum immineat. similiter & Clemens Alexandrinus qui tempore Galeni Romae floruit, in iij. Paedag. lib. ubi exercitationum tractationem habet, luctas omnes improbat, eam tamen honestiorẽ, & magis uiro dignã facit, quae μετ' εὐσχήμονος & gratia bonae, ac utilis ualetudinis efficitur. Praeterea, quoniam Plutarchus solũmodo luctam & pancratium uolutatorium in palaestra exerceri solitum scribit, duo cõsideranda sunt. Alterũ, ꝙ palaestra aliquando significat totũ gymnasiũ, ut supra declarauimus, aliquando locum lib. de machinamen.

C in gymnasio, ubi tot exercitationes a nobis in primo libro enumeratae peragebantur; aliquando locũ, in quo soli luctatores, & pancratiastae uolutatorij exercebantur, quorũ certamina grauia apud Galenum lib. iij. de tuen. ualet. cap. ij. appellantur. quemadmodum hic innuit Plutarchus, atq. etiã innuere uisus est Galenus in fine libri de ludo paruae pilae. Alterũ ꝙ duplex erat pancratiũ, primũ de quo agemus infra, ex lucta & pugilatu compositũ. Secundum ꝙ uolutatoriũ nuncupabatur, speciesq. luctae erat, nã in lucta certantes sese deijcere studebant, rectiq. manebant; in pancratio autẽ uolutatorio humi prosternebantur; atq. ibi inuicẽ cõplicati, seq. mutuo conuoluentes alter alterũ sibi supponere nitebãtur: quemadmodũ clarissime mostrant depicti hic nummi cuiusdam Salustij Auctoris qui sub Valentiniani, & Placidiae Augustae principatu Africae regno ui occupato ludos similes, atq. alios ob uictoriam edidit.



PANCRATIVM VOLVTATORIVM

A De hac exercitatione uerisimile mihi fit, Aristotelem uerba fecisse, ubi nullum erectum, & stantem continenter, & tuto incedere posse demonstrat, quia perinde se moueret, ut palaestritae, qui per puluerem in genua subsidentes procurrunt. De hoc item alicui probabile uideretur, locutum esse Martialem, ubi dixit. Lib. de cõi animaliũ gressu.

Non amo qui vincit, sed qui succumbere nouit
Et didicit melius τὴν ἀνακλινοπάλην.

nisi potius exponendum esset ἀνακλινοπάλην, reflexionẽ, qua palaestrita reducto pectore aduersariũ retrahebat, ac ictum illius deuitabat, aut potius (ut erat Poeta semper obscoenitatũ amator) eam lecti luctã interpretemur quam κλινοπάλην Domitianũ vocasse tradit Suetonius. De eodem itẽ loquebatur Antyllus apud Oribasiũ, dum duplicem luctam effecit, alteram erectam, alteram super pauimento; pro lucta super pauimento nil aliud intelligẽns, nisi Pancratium uolutatorium, quod tamen ualde diuersum erat ab altera uolutatione, ab Hippocrate ἀλινδήσιος nomine significata, qua homines in palaestra humi prostrati uel soli, uel cum alijs circumuoluebantur, & de qua Coelius Aurelianus uerba fecit, ubi uolutationem in palaestra pro diminuenda carne laudauit; siquidem in ea nec certabant, neque complicabantur, sed solum celeriter supra pauimentum nitidum aut puluere conspersum sese rotabant. unde Galenus eam inter celeres motus non sine ratione posuit. 6. collect. cap. 27.

(Margin, beside line beginning "mento": B)

Lib. de diaeta. — 6. de dieta. — 2. de tu. va.

De Pugilatu, & Pancratio, & Cestibus. *Cap. IX.*

C PVGILATORIAM πυγμὴν à Graecis uocatam ante Troianorum tempora in usu fuisse, testati sunt Plinius, & ante Plinium Homerus, quem etiam Plutarchus in 2. Symp. obseruauit, continuo pugilatum luctae & cursui iccirco praeponere, quoniam hoc exercitationis genus prius illis originem accepit, sicuti quoq. Lucr. hoc uersu innuere uidetur. Prob. 5.

Arma antiqua manus, vngues, dentesque fuerunt. Lib. 5.

Quid uero esset haec exercitatio, quomodoque perageretur, pauci (quod ego sciam) diligenter explicarunt, & minus ceteris hãc rem intellexerunt illi, qui pugnã cestũ, & pugilatum idẽ penitus exstitisse uoluerunt. ex auctorũ tamen scriptis coniectura cõsequi possumus, in hac exercitatione homines nudos concertare cõsueuisse, pugnisq. strictis uel nudis, uel aenea, uel lapidea sphaera plenis, unde σφαιρομαχεῖν, uel loris laminaue circumsepti sese inuicẽ percutere modo caput, modo dorsum, modo brachia petentes, neque umquã sese mutuo complicantes; in qua pugna superabat qui uel aduersarium

rium pugnorum ictibus in terrã prosternebat, uel grauius & dam- D
2. Symp. Prob. 5. nosius feriebat. Tyrrhenos ad tibiã πυκτεύειν solitos fuisse, ex sententia Eratosthenis refert Athenaeus 4. Dipnosoph. Hoc certamen Plutarchus quidem exercendo corpori inseruisse, testatũ reliquit. ego uero ita sentio, pugilatum inter exercitationes a Galeno in 2. de tu. ual. adnumerari, sed pro sanitate tuenda, proq. bono corporis habitu comparando parum in usu in gymnasijs fuisse. ad quod credendum duabus potissimum rationibus adducor, quarũ prima est, quod Galenus bis, uel ter solummodo pugilatum nominauit; & Antyllus, qui hanc rem diligentissime tractauit, nullum paene uerbũ de hac exercitatione habuit, sicuti nec ullus alius fide dignus medicus excepto Aretaeo, qui in uertiginosis pugilatũ cõmendare uidetur: nisi (quod ego suspicor) sit Graecus contextus deprauatus. Quod si pugilatus medicae gymnasticae exercitationis genus exstitisset, aequum certe erat, non adeo ab omnibus silentio praeteriri. E Altera ratio est, quod, si naturã pugilatus exacte spectemus, cũ percussiones, & euitationes bellum gerentibus necessarias aemuletur, ut dicebat Plutarchus, edoceatq., quin militarem peritiã magnopere adiuuet, infitiari non possumus; at cũ solum brachia, atq. pugnos exerceat, interdumq. potius plagis ac grauibus percussionibus corpus offendat, quomodo ualetudinis conseruationi, boniq. habitus acquisitioni cõferre possit, non uideo: ut tuto dicendũ sit, pugilatũ in gymnastica medica exiguũ usum habuisse in militari uero multum, in athletica plurimũ: cuius principes & auctores fuisse Amycum, atq. Epeum, prodiderunt Plato & Galenus, nec non in qua adeo Glaucus Carystius excelluit, ut quincta & uigesima Olympiade coronatus pictae, i. pugilatoris nomine per excellentiam meruerit uocari. Pugilatores istos pinguedini comparandae operã dedisse, legitur apud Terentiũ. quod agebãt, ut grauius percutere ualerent, & plagas ipsis illatas minus sentirent: est enim experiẽtia & ratione cõprobatũ, obesos minus ex carnibus iniurias sentire. Cur autẽ Tesprio ille Plautinus, ab Epidico interrogatus, quomodo herilis filius ualeret, respõdeat, pugilice atq. athletice, nõ est admodũ difficile coniectura cõsequi. quod etiã Galenus scriptũ reliquit, Luctatores potissimũ athletas ueros esse uocatos, sed paullo ante ipsius tempora etiã eodẽ nomine appellatos fuisse pugiles, & pãcratiastes. qua de re fieri põt ut Plauti aetate pugiles ab athletis diuersi essent, utriq. tamen robori. & corporis crassitiei studerẽt, & iccirco seruus ille merito pugilatum, & athleticam separauerit, herumque suum robustum, & pingui uentre esse significarit. Ex lucta & pugilatu F

In Eun. act. 2. sce. 3

1. de alim. fac. c. 2.

Plau. in Epidico.

A tertium quoddam excitationis genus componebatur, quod pan-
cratium communiter gymnastici omnes appellabant, in hoc (ut te-
statur Aristoteles primo Rhetoricorum) qui exercebantur aduer- Cap. 5.
sarios & pugnis ferire, & cōprimere, & continere, & deijcere stude
bant: nam pugiles solis pugnis contendebant, nec umquam compli
cabantur; ut commendanda sit urbanitas Horatij, qui 3. Satyr. lib. 2.
uenustè admodum phreniticos, quod pugnis ministros, & adstātes
feriat ur pugiles uocauit luctatores complicabantur & comprime-
bant, ut deijcerent, sed pugnis minime percutiebant, pancratiastae
tum utroque utebantur, & tum etiam quacumque alia ratione, ut
dentibus, genibus, calcibus, talitris, denique toto corpore (ut dixit
Pausanias) aduersarium uincere contendebant, atque in eo a pugi- lib. 5. elia.
libus differebant. quod illi pugnis strictis, hi digitis solummodo in
B flexis certabant. atque hoc significare uoluit Galenus ubi scripsit: 1. de motu muscul.
εἰ δὲ ἕκαστος τῶν δακτύλων καμφθῇ, τὸ σχῆμα τῆς χειρὸς γένοιτο μά ,,
λιστα τοῖς ἐν παγκρατίῳ προτετακόσιν αὐτὴν ὅμοιο, hoc est, sin au ,,
tem unusquisque digitus flectatur, manus figura ijs maxime similis ,,
euadet, qui ipsam in pancratio protēderint. talis etenim manuum ,,
figura prehensandis aduersarijs, cui maxime studebant pancratia-
stae, ut nomen quoque significare uidetur, ualde accōmodata erat;
his de caussis exercitatio haec παμμάχιον uocata est quandoque,
sicuti Plato Euthydemum πάμμαχον dixit, necnon ambobus diffi
cilius certamen habebatur, ob quod Galenus in 6. Epid. ubi reni-
bus affectis exercitationem commendat Hippocrates, sub tali exer-
citatione non debere pancratium ob magnitudinem laboris intel-
ligi credit. qua item ratione permotum opinor Platonem, dum 8.
C de legibus sua illa parum ab aliquibus approbata feminas exercen-
di ratione ductus mulieres solummodo post nubilem aetatem pan-
cratio exerceri consulit. de Pancratij specie quapiam loquebatur
mea sententia Galenus, quando in commentarijs super libellum
de salubri diaeta dixit, gymnastas fere quos impinguare uolebant
constituisse, inter exercendum προσάπτεσθαι, & σωματομαχεῖν,
(erant enim quaedam exercitationum genera) ut scilicet iungeren-
tur, & toto corpore certarēt, sed nudi, ac sine complexu. Panaetius
quoq. apud Gelium lib. 13. cap. 26. pancratiastarum gestus, & lusus
hunc in modum pinxit. Vt sunt Athletarum qui pācratiae (melius ,,
pancratiastae) uocantur, nam sicuti illi ad certandum uocati proie- ,,
ctis alte brachijs consistunt, caputq. & os suum manibus oppositis, ,,
quasi uallo praemoeniunt, membraq. eorum omnia, priusque pu- ,,
gna motu est, aut ad uitandos ictus cauta sunt aut ad faciendos pa- ,,
rata,

rata, &c. Hanc exercitationem ex his fuisse, quae in gymnasijs peragebantur, perspicue significauit Propertius, ubi palaestrarum Lacedaemoniorum exercitationes decantans dixit: D

Et patitur duro vulnera pancratio.

Neq. tamen ob id colligere decet, Pancratium apud medicos multum in sanitatis usum uenisse, quoniam, si pugilatus & lucta rarius ab ijs corpori exercendo probabantur, tanto minus Pancratium ex pugilatu, & lucta constans sanitati multum ex usu esse potuisse credendum est. quod si Galenus aliquando scripsit se plurimos Pancratio sanitati restituisse, aut in ipsa conseruasse, illud effecit in ijs, qui exercitationibus huiuscemodi solis dediti erant, atq. tunc magna prudentia, & dexteritate adhibitis: ut nequaquam inferēdum sit, Pancratium in gymnastica medicinae locum aliquem praecipuum habuisse; quamuis secus plurimum eius auctoritas in athletica ualuerit, atque etiam in bellica; quandoquidem in ludis, & certaminibus usque adeo Pancratiastarum spectaculum oblectabat atque reputabatur, ut etiam nobiles illud exercere non recusarent, qualis fuit Phrynon Atheniensium dux Pancratiastes clarissimus, quem Pittacus Mityleneus singulari contendens certamine reste sub clypeo latente inuoluit, atq. hoc modo superauit: qualis item fuit Autolicus, cui ob gloriam Pancratij in Pritaneo loco Athenis dignissimo statua erecta fuit. Inuenio etiam quoddam pugnae genus apud ueteres pancrapum nominatum, sed aduersus bestias, tantummodo id committebatur, ut uidere licet apud Cassianum lib. collat. v. ca. xiiij. Simile profecto pugilatui uel potius eius quaedā species erat certamen illud, quod cēstibus peragebatur. ij autē erant laminae aeneae manibus alligatae, quibus autem alligabantur, erāt lora quaedam punctis interstincta; quae manibus & brachijs circumcirca alligabantur, ut non modo pondere aliquo, & crassitie, verum etiam soliditate cestibus certantes seipsos ferirent. unde patet, hos aliqua ex parte diuersos fuisse a pugilibus proprie vocatis, nempe qui solis manibus in pugnos coniunctis inter se dimicabant: quamuis etiam ita certantes nonnumquam pugiles uocari scio, ut apud M. Tullium 2. Tusculanarum quaestionum lib. Cestiphoros in gymnasijs quoque exerceri solitos testatum fecit Propertius, qui libro 3. in palaestris Spartanorum puellas etiam cum cestibus exerceri consueuisse, in hunc modum scribit.

2. de tu. ua. cap. vlt.

E

F

Nunc ligat ad cestum gaudentia brachia loris.

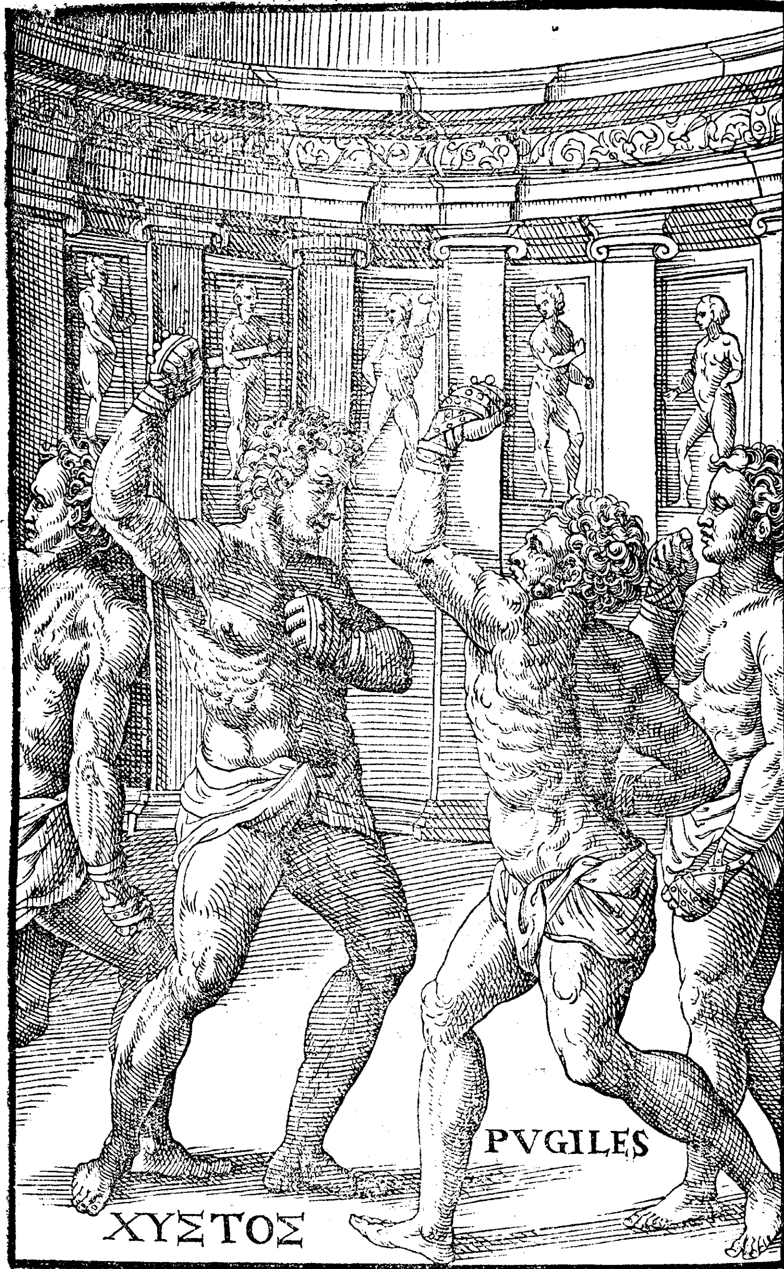
Quod uero huiuscemodi certamen potius athletae, quam sanitatis studiosi exercerent, ex ijs, quae supra de pugilatu scripsimus, facile

A cognosci potest: quandoquidem tanto deterius percussiones cestibus impactae corpora hominum, quam pugnis afficiunt, quanto pugni expansis manibus. quare non est credibile sanitatis studiosos hoc exercitationis genus adamasse, & qui se uerberibus, plagis, & ictibus, pugnisque exponeret, sanitati admodum consuluisse: sicut ex aduerso athletas non parum eo delectatos, hinc conijcere possumus, tum quia maxima populum huiuscemodi pugna delectatione afficiebat, tum quia gloriam, & praemia ex ea populi uoluptate in amphitheatris, & sacrificijs comparabant. Cestibus enim clarum fuisse Amycum Bebryciorum regem, Neptuni filium a Polluce occisum, scripsit Valerius Flaccus 4. Argon.

Sparta terapnea pugilem cum Gymnade pinguem
Stratum Bebrycijs Amicum suspexit arenis.

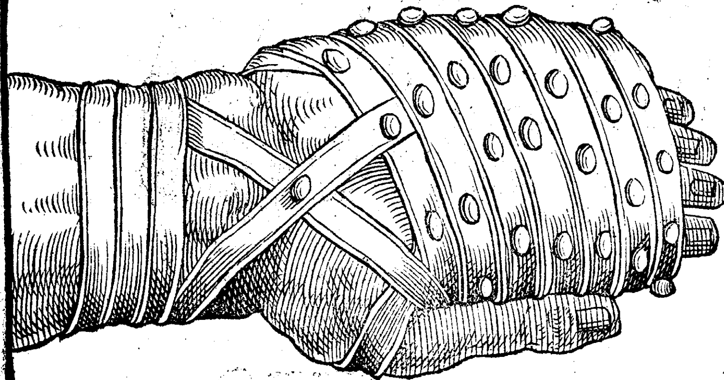
B similiter Virgilius Entellum, ac Daretem, & Ouidius Brotheam, 5. Aeneid. ac Ammonem cestibus ualuisse scripserunt. 5. metam. itaque inter pugilatum, Pancratium, & cestus, unum Pancratium in medicina gymnastica frequentius, ceteros duos rarius usurpatos esse iam liquet. Pugilum autem, qui cestibus certabant, nec non cestuum ipsorum uarias picturas hic damus, ut ipsas uel ex sepulcrorum, uel ex gemmarum antiquarum sculpturis captas nobis dedit Pyrrhus Ligorius, in ueterum monumentis renouandis peritissimus.

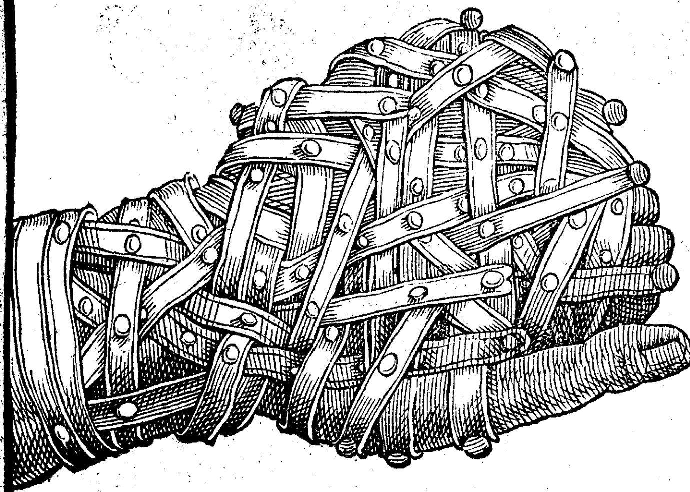



PVGILES
ΧΥΣΤΟΣ


CAESTVS

CAESTVS





A *De Cursu.* *Cap. X.*



NTER cetera, quae ob uitae conseruationẽ animalibus a natura tributa fuerunt, currẽdi potestatem praecipuã esse, omnes, qui eorum statum considerare uolent, sine labore intelligent, si quidem cetera quaeque, quibus se ipsa tuentur, uel non statim connascuntur, uel non perfecte corpora defendere ualent, quin ab insidiantibus aliqua ex parte laedantur; at cursus cunctis fere ab ortus principio donatur, atque ita corpora ab insidiatorum, & omnium offendere ualẽtium iniurijs tuetur, ut nullam laesionem ea sustinere patiatur. quo magis homini ualde conquerendũ esset, cum multo tempore ad currendũ ineptus degat; nisi & ipse, cui crura ambulationis, & cursus gratia a natura B in eam figuram fabricata Aristoteles & Galen. prodiderunt, hanc iacturam custodia parentum, sub qua tunc uiuit, facile emendaret, qui etiam naturae donis non modo ad uitam cõseruandam, uerum etiam ad eam iucunde simul, atque sane traducendam uel solus, uel omnium animalium maxime uti nouit, sicuti in cursu uidere possumus, qui cum uitae dumtaxat conseruandae caussa homini tributus foret, eo tamen ad gloriam, ad uoluptatem, ad sanitatem consequendã uti non aegre tulit. Quis nescit, maiores nostros inter alias exercitationes, ut disputat Plutarchus ij. Sympos. v. ad spectacula, ad militares exercitationes, ad sanos habitus acquirendos institutas cursum quoque habuisse? cui locum peculiarem in gymnasijs assignatum nullum uidere licet, quod haec exercitatio in uijs ipsorum communibus, dum ab alijs non occuparentur, fieri posset, atque C etiam quandoque in loco, ubi altus puluis stratus erat, si credimus Luciano, ageretur. neque enim peridromidas ad cursum, etsi nomen innuat, sed ad deambulationis usum institutas scimus ex superioribus. Athletae, qui ludorum & certaminum gymnicorum celebritates repraesentabant, usque adeo currendi uim interdum aestimabant, ut (quod refert Plinius) lienem sibi ipsis inurendum curarent, quominus ille currẽdi celeritatẽ, sicuti solet, impediret. Huiusce cursus certamen, sicut & luctae primos Eleos sine ullo ueteris memoriae exẽplo instituisse auctor est Pausanias: apud quẽ similiter legitur, Endymionẽ filijs de imperio tale certamen in Olympia proposuisse; nec non currendi morem Nemiacis, & Isthmicis intermissum ab Hadriano restitutum esse. Ex quo loco scire possumus & seruos, & ingenuos antiquitus in cursus certaminibus contendisse: eo magis quod tradit Lampridius, Alexandrum Seuerũ num-

lib. de cõi aĩal. gres. li. 15. de vsu partium.

In dialogo de gymnasijs.

li. 11. c. 37.

5. & 6. Eliacorum.

quam cursorem nisi seruum uoluisse, quod diceret, ingenuum non D
8. de leg. nisi in sacro certamine currere debere. Ex altera parte Plato ad bellicas exercitationes ita cursum commendauit, ut non modo uiros, & iuuenes, uerum etiam uirgines, pueros, & mulieres, omnesq. tam nudos, quam armatos ad currendum exerceri uoluerit nō in stadio solum, sed & in dolicho, in diaulo, & in ephippio, ut iure disputetur apud Plutarchū .ij. symp. antiquior ne fuerit in bellico, & concertatorio usu lucta, & pugilatus an cursus. Platonis sententiā secutus Vegetius in cōmentario de militari exercitatione scriptū reliquit, ad cursum praecipue iuuenes, qui militari disciplinae incumbunt, assuefaciendos esse, ut maiore impetu in hostem currant: ut loca opportuna celeriter, cum usu uenerit, occupent, uel aduersarijs idē facere uolentibus praeoccupent, ut ad explorandū alacriter pergant, alacrius redeant, ut fugientium facilius terga cōprehendant. Refert E
Sallustius de Magni Pompeij exercitatione eum cū agilibus, saltu; cū uelocibus, cursu; cū ualidis, uecte certasse, neque aliter Sertorio aequandū umquā fuisse, nisi se, & suos milites huiuscemodi frequētibus exercitijs ad bella praeparasset. Ex quibus colligitur, cursum hunc in gymnastica bellica maximi momenti fuisse, & quemadmodum athleticū quattuor praecipuas habuisse species, stadiū de quo D. Paullus loquebatur, quando dixit, currentes in stadio ob corruptibilem coronam certare; dolicum, diaulū, & armatum, in quorū
lib. 1. c. 9. postremo bis Callicratem uicisse scribit Pausanias, unde ςαδιοδρόμοι, δολιχοδρόμοι, διαυλοδρόμοι, ὁπλιτοδρόμοι dicti sunt, horum exercitatores. Qui praeterea Aristotelem j. lib. magn. moral. & Galenum medicum in 2. & in 6. de tu. ual. libro non oscitanter uidit intelligere facile potest, cursum inter exercitationes sanitati ac bono F
corporum habitui conferentes non exiguam partem habuisse: quādo
lib. Epo. 2 xv. etiā Seneca inter exercitationes corporis, quarum rationem habendam censuit, primū locū cursui dedit, etsi non admodum percipio, quid epist. 3. indicare uoluerit dum se Hieram fecisse, quod raro euenit cursoribus, ait nam si (ut eruditissimus Muretus putat) pro Hiera mediā stadij lineam cōcipiamus quomodo cursores eam raro facere dicat, non satis assequor. Huius tres tantum species effecisse Antyllum reperio, alterā in anteriora currēdi, alterā in posteriora,
2. d tu. ua. cap. 10. alterā in orbem. quamuis itē apud Galenū & dolichū, & diaulum reperiri sciam, quorum alterum refert ipse Graecis continuatum diu cursum significare, quem tamen maior pars auctorū duplicis stadij spatium exstitisse censet, alterū uero definiunt fere omnes fuisse cursum, quo stadium semel currebant, & recurrebant. Itaque

stadium

A stadium erat cursus unius tãtum stadij, dolichus duplex uno cursu stadium, diaulus duplex, & ipse stadium, sed reflexo cursu. ut fieri posse credam perystilij interioris ambitum, quem diaulum, ob duorum stadiorum mensuram uocatum tradit Vitruuius, huiusce-modi cursui inseruisse. Quapropter falsum illud esse deprehenditur, quod apud Suidam legitur, stadiodromos longiorem tractum metiri cursu dolichodromis, cum huius contrarium manifesto intelligatur ex Parmenionis epigrammate.

Φημὶ πολυστιχίην ἐπιγράμματος οὐ κατὰ μούσας
Εἶναι, μὴ ζήτει ἐν σταδίῳ δόλιχον.
Πόλλ' ἀνακυκλεῖται δολίχου δρόμος ἐν σταδίῳ δὲ
Ὀξὺς ἐλαυνομένου πνεύματος ἐστὶ τόνος.

Idem ex prouerbio *μὴ ζήτει ἐν σταδίῳ δόλιχον* a Polluce lib. iij. ci-
B tato magis adhuc confirmatur, quo significatur, in re minori non esse quaerendam maiorem. Ad haec habuit cursus multas species a locorum uarietate desumptas, quoniam si quando extra gymnasia cursitabant, prout necessitas, commoditasue postulabant, aut per plana loca, aut per aspera, aut per aequalia, aut per inaequalia, aut per prata, aut per montes cursum agebant. Neque hic mirari debet quisquam, quod ualetudini studentes extra gymnasia quoq. currerent; propterea quod loca similia cum haud quaquam omnes formas exercitationibus quibusuis aptas habere possent, cogebantur interdum homines, prout ualetudinis ratio exigebat, extra gymnasia prodire, ubi perinde ac in illis modo induti, modo nudi currebant. de quibus omnibus extat Aristotelis sententia, quod curren- 2. partic. prob. 30. & partic. 38. 5
tes nudi uestitis coloratiores redduntur, ut omnes qui loca libera &
C aspiratiora incolunt, melius colorantur, quam qui impedita & silentia tenent.

De Saltu. *Cap. XI.*



CVRSVI saltus, *ἅλμα* a Graecis gymnasticis uocatus, non parum assimilatur, nempe qui, sicut cursus est continuatus saltus, ita ipse sit intercisus cursus; hunc a saltatione, de qua superius sermonem habuimus, lõge differre, nullus ambigit, cum opus alterius *ὀρχεῖσθαι*, alterius *ἅλλεσθαι*, & a Platone, & a Galeno, & a reliquis probatis auctoribus dicatur. Huius exercitationes nullum fere ad bellicam exercitationẽ effatu dignum, aut non saltem necessarium, aut non admodum crebrum usum exstitisse, inde conijcerem, quod Plato inter alias nullã prorsus

Lib. 1. de re mili. c. 9.

ſus de illo mentionem fecerit ſed unius Vegetij in hac re non con- D temnendi auctoris teſtimonium me ſecus ſentire cogit, ubi ſcribit iuuenes, qui militiae operam nauant, ad ſaltum praecipue exercendos eſſe, quo uel foſſae tranſiliuntur, uel impediens aliqua altitudo ſuperatur, ut, cum eiuſmodi difficultates euenerint, poſsint ſine labore tranſire. In athletica uero facultate ſaltum locū habuiſſe, praeter Pindaricos interpretes, qui inter ludos in pentathlo contentos, ſaltum primum hoc uerſiculo fecerunt.

ἅλμα, δίσκος, ἀκόντιον, δρόμος καὶ πάλη,

idest,

Saltus, tum diſcus, tum lucta, & iacula, curſus,

teſtatur abunde Ariſtoteles, qui in libro de communi animalium greſſu ſcriptum reliquit, pentathlos athletas halteribus utraque manu comprehenſis maiorem, & concitatiorem ſaltum edere, quam E non comprehenſis quod itē poſt ipſum Theophraſtus in libro περὶ κόπων plane confirmauit. Porro gymnaſticam medicinae ſaltu nec ipſam caruiſſe, ſatis comprobauit Galenus, dum eum inter ceteras palaeſtrarum exercitationes ſaepius recenſuit: ſed Antyllus penes Oribaſium diligentius omnibus & ſaltum exercitationem ſanitati idoneam eſſe, & quid ſit, demonſtrauit, ubi hanc ſententiā habuit: quod exſilire, & ſaltare inter ſe differunt, quoniam πηδᾶν, ſiue exſilire eſt motus quidam curſui ſimilis, quando ſcilicet eodem in loco corpus manet poplites inflectēdo, & circumuehendo, ſaltus ſiue ἅλμα eſt motus ferme continuus in ſublime, uel tamquam mediū, uel tamquam metam nullis certis legibus, neque imitationibus terminatus, ob quod a ſaltatione differre apparet, nempe quam legibus, numeris, & imitationibus uti oſtendimus. has ſaltus ſpecies Se- F

Lib. 2. Epiſt 15.

necam intellexiſſe exiſtimo, dum pro exercendo corpore ſaltū commendabat, uel qui corpus in altum leuat, uel qui in longum mittit, uel qui ſaliaris, aut fulonius dicebatur. Exſilitione olim utebantur Lacenae mulieres ad nates ſaltando, quae retroflexis cruribus ita ſaltabant, ut calcibus nates attingerent, quandoq. cruribus alternatim inflexis, quandoq. uero utriſque uno & eodem tempore. Has mulieres poſtmodum aereis ſtatuis repraeſentaſſe Callimacum ſtatuarium, ob nimiam diligentiam Cacirotecnum nuncupatum, auctor

Lib. 14. cap. 8.

eſt Plinius. quem autem proprie ſaltum Antylli auctoritate uocamus, in gymnaſijs duplici modo uſurpatum inuenio; altero, quando ſaltantes uacuis manibus ſeipſos in ſublime agebant: de quo uerba faciens Ariſtoteles ſcripſit, arduum & difficile eſſe, ſaltu continētem agere motum, argumentum afferens equorum illorum, quos

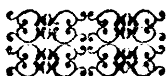
Lib. de cōi aīal greſſu

pompae

A pompae gratia sessores sustinere, nec progredi sinere solent, & qui ita sese mouentes cito lassantur, & fatigationem sentiunt; altero quando manibus pondușcula capiebant, ut illis firmati uehemẽtius saltarent, quae pondușcula tametsi ab Aristotele, & Theophrasto ἁλτῆρας nuncupari sciam, tamen ἁλτῆρας aliud exercitationis genus exstitisse, inferius demonstrabo. Interim lapsum Cornarij adnotare placet, qui in commentarijs in secundum Galeni de composit. medicament. sec. loc. librum, huiusce rei ignarus, damnandum putauit Budaeum, qui dixerit, certantes saltu halteribus usos esse; nam ut illi fortasse donem, quae ait de halterum, & halcterũ diuersitate; nihilominus Aristoteles v. problem. viij. & Theophrastus libro de lassit. aiunt, (quod ipse negat) Quinquertiones, & alios melius saltare, si lapidem, uel halteres manu gestent, quam si brachio B inani iactentur. Vnde fortasse & apud Galenum 2. de tuen. ualetu. & apud Artemidorum legendum non ἁλκτῆρες, & ἁλκτηρία, sed ἁλτῆρες, & ἁλτηρία: quando scilicet apud nullum alium auctorem hanc uocem ἁλκτῆρες usurpatam inuenire mihi cõtigit. Quomodo uero saltatio ista tam ab athletis, quam ab alijs perageretur, haec equidem conijcio, uidelicet quod interdum per plana loca continuatis saltibus saltabant, atq. tunc limitem, unde principium saltandi capiebant, βατῆρα appellatum, & mensuram κανόνα dictũ habebant, quemadmodum quoque & terminum, quem attingere, magnam, praeterire, maximam laudem fuisse uerisimile est, τὰ ἐσκαμμένα uocatum, unde factum est adagium in eos, qui metam transiliunt, πηδᾶν ὑπὲρ τὰ ἐσκαμμένα, aliquando ex humili loco in altum saltabant, aliquando ex alto in humilem, inter quos maio- C rem laborem afferebat qui ex humili in altum efficiebatur, cũ simpliciter adscendere, quam descendere continuo laboriosius praedicauerint Aristoteles, & Theophrastus. Neque solum manibus pondușcula saltantes, vt melius exercerentur, habuisse inuenio, immo uero & grauiora pondera interdum supra caput, nonnunquam supra humeros, aliquando in pedibus gestasse. quemadmodum uidere est ex hac uetustae tabulae pictura, in qua saltantes appositissime repraesentantur: quamque ut antiquam, & ueram a Ligorio accepimus.

in libro περὶ κόπων.

v. Sect. pb. lib. d lassit.





An ea pōdera dūtaxat ad maiorē exercitationē faciendā inseruirent, ita existimo, ijs, q grā ualetudinis exercebant, hūc finē habuisse. At alijs ad gloriā quādā inanē potius tēdebāt, qđ. s. q maioribus pōderibus onerati lōgius, & altius saltarēt, ij maioribus p̃mijs, atq. honoribus decorarē-

A tur. Erãt quoq. qui ſupra utres oleo unctos & uino plenos pedibus ſal
tarẽt; inter quos uictores ij cẽſebãtur, q ita ſeſe dextere gerebãt, ut prae
lubricitate humi nõ caderẽt. atq. hi ꝓuictoriae p̃mio utrẽ cũ uino fere
bãt: q uero terrã natibus percutiebãt, nõ ſine magna uoluptate ſpecta-
toribus riſum mouebãt. Id autẽ antiquitus obſeruatũ in ludis Baccho
dicatis, quos ἀσκώλια uocabant, proditur, in quibus utres caprinis pel
libus cõflati ſaltibus calcabãtur in caprarũ contẽptũ, q̃ adeo uitibus in-
feſtae credũtur. De hoc Ariſtophanes ĩ Pluto: ἀσκωλίαζ' ἐνταῦθα πρὸς
τὴν αἴθρίαν. i. hic ſub dio ſupra utrẽ ſalta, & Eubulus apud Ariſtopha-
nis interpretẽ: καὶ πρὸς γε τοῦτο ἀσκὸν εἰς μέσον καταθέντες εἰσάλλεσθαι,
καὶ καγχάζετε ἐπὶ τοῖς καταῤῥέουσιν. i. Quare utrẽ in medio collocantes
ſupra ipſum ſaltate, & eos qui humi ceciderint, cachinno proſequimi-
ni. De his etiam Virgilius. 2. Georg. *Atque inter pocula laeti.*
B *Mollibus in pratis unctos ſaliere per utres*
Sed illud nõ ignorãdũ, qđ ſcriptũ eſt apud Iul. Poll. ἀσκωλιάζειν, tã de
his, q̃ de uno ſubleuato pede, altero ſolo ſaltãtib., dictũ eẽ apđ ueteres.

De Diſco & halteribus. *Cap. XII.*


ISCI iactũ inter exercitationes gymnaſiorũ haudquaq̃ infi
mũ locũ habuiſſe, nõ modo Gal. clariſsimis uerbis affirma
uit, Propert. p̃dixit, uerũ ẽt Vitruuius elegãtiſsima quadã 2. đ tu. ua.
hiſtoria aperte ĩſinuare uiſus eſt, apud quẽ legitur, qđ cũ Libro 3. lib. 7. c. 5.
Apaturius Alabandeus Trallibus ſcenã excellẽtiſsime finxiſſet, ad ſpe-
ctusq. eius propter aſperitatẽ eblãdiretur oĩum uiſus, & iã id opus ꝓba
re fuiſſent parati, tũ Licinius Mathematicus ꝓdijt, & ait Alabãdeos ſa-
tis acutos ad oẽs res ciuiles haberi, ſed ꝓpter nõ magnũ vitiũ indecẽtiae
inſipiẽtes eos eſſe iudicatos, qđ ĩ gymnaſio eorũ, q̃ ſunt ſtatuae oẽs, sũt
C cauſſas agẽtes, in foro autẽ diſcos tenẽtes, aut currẽtes, ſeu pila ludẽtes:
notauit. n. mathematicus qđ, ſicuti ſtatuae cauſſas agẽtes fori ſunt pro-
priae, ita diſcũ tenentes gymnaſij, & ob id indecentẽ inter locorũ pro
prietates ſtatũ ſignorũ publicae ciuitati uitiũ exiſtimationis adieciſſe
dixit. Erat itaq. antiquis illis diſcus gymnaſij exercitatio, quã an belli-
cae peritiae ſtudioſi inter ceteras exercerẽt, nõ admodum mihi cõſtat,
niſi Plato inter iaculationes illas uarias, quas magnopere futuris opti-
mis militibus cõmendat, diſci quoq. iaculationẽ ſubintelligi uoluerit,
quemadmodũ Homerus quoq. 2. Ilia. ſignificauit, ubi finxit Achillem
Agamẽnoni iratũ Myrmidonas ſuos a pugnando remouiſſe, atq. illos
ipſos ne toreſcerẽt in maris littore ſeſe diſcis, atq. iaculis, tãquã militi-
bus aptis, exercuiſſe: quaſi ſi nõ laedẽdis hoſtibus, ſaltẽ uariae agilitati
ipſorũ cõparãdae hmõi exercitatio accõmodata eſſet. Athletas uero in
eo ſe exercuiſſe, nec nõ in publicis certaminibus contẽdiſſe, manifeſtũ
facere põt cõmunis auctorũ ſentẽtia, qui inter athletarũ certamina di-
ſcũ omnes uno ore adnumerãt, & praeter hos pictura, quã hic damus.



ſicut etiam Galenus, Aetius, Paullus, & Auicēna inter exercitationes ſanitati & bono corporis habitui conferentes diſcum recenſent. Sed, priuſquam longius progrediar, rationi conſentaneum puto admonere, Diſcum penes ſcriptores uaria ſignificaſſe, nam teſtatur Suidas, diſcum

A ſcum fuiſſe inſtrumentum quoddam rotundum, quod aliquãdo adeo graue erat, ut uix ab uno hoĩe eleuari poſſet: ueluti a D. Hieronymo de ſeipſo ſcriptum eſt. De hoc equidem locutum opinor Solonem apud Lucianum, ubi interrogans Anacharſim, nunquid in gymnaſio globum quendam iacentem aeneum, atque teretem, in parui ſcuti figuram formatum, neq. lorum, neq. baltheum habentem uidiſſet, qui grauis, & comprehenſu difficilis erat, eum manu ſurſum extortum in aerem aliquos iaculari conſueuiſſe, ſubiungit: Aliquando etiam inuenio, inſtrumẽtum illud figuram ſolis corpori ſimilem habuiſſe, quod ab Alexandro in ij. problem. (ſiue is Aphrodiſienſis, ſiue Trallianus, quod magis ſuſpicor. exſtiterit) ſolis corpus δίσκος uocetur. Vocatus ſimiliter fuit diſcus quadra rotunda, qua epulae in menſas ferebantur. Vnde δισκοφόροι appellati ſunt, qui quadris ferendis deſtinãtur.
B Sic legimus caput D. Ioannis Baptiſtae ſaltatrici in diſco oblatum eſſe. Poſtremo diſcum inſtrumẽti, de quo nos loquimur, genus deſignaſſe reperitur. Quale porro inſtrumentum is eſſet, ita proditum inuenio. Interpres Homeri Euſtathius exponens uerba illa ij. Iliados.

δίσκοισιν τέρποντο, ideſt, *ludebant diſcis*,

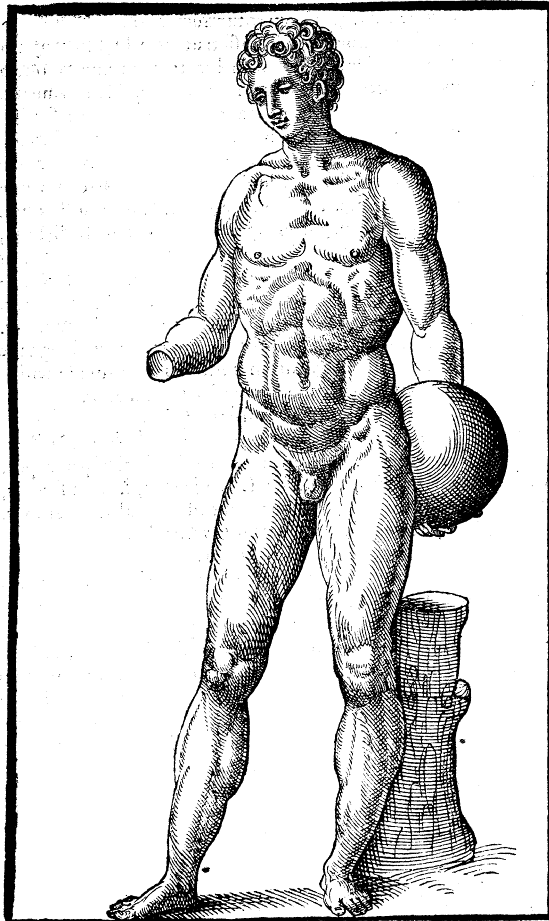
inquit: δίσκος ἐστὶ βαρὺς λίθος, ὃν ἐρρίπτουν οἱ γυμναζόμενοι, τὸν γὰρ σιδηροῦν, σόλον προσαγορεύουσι. Vnde ſecũdũ huius ſentẽtiã patere põt, diſcũ fuiſſe lapidẽ grauẽ, quẽ exercẽtes ſe proijciebãt, &, cum ferreus, erat, maſſam uocabant. Huic atteſtari uiſus eſt Martialis his uerſibus.

Splendida cum volitant Spartani pondera diſci,
Eſte procul pueri, ſit ſemel ille nocens.

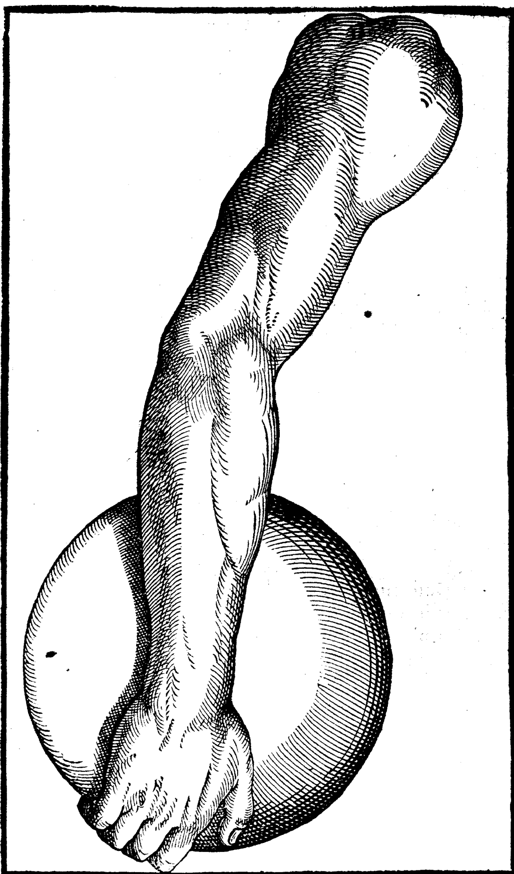
Alij, quibus ego aſſentior, crediderunt diſcum fuiſſe laminam quandam trium uel quatuor digitorum craſsitudine, lõgiorem paullo plus
C pede, alias lapideam, alias ferream, (aeneam quoq. ex ſepulcro Marci Mannij Philopatris Athletae in uia Salaria poſito ſe uidiſſe, teſtatus eſt nobis peritiſsimus Ligorius) cuiuſmodi maiorem partem, ne, dum ex alto rueret, frangerentur, fuiſſe puto, planam quaſi lentis ſpeciem referentem, quam in aerem proijciebant, ſed modo a iaculorum miſsione diuerſo, ſiquidẽ in mittendis iaculis brachia pandebant, mox prorſum impellebant contra in diſco manu ad pectus adducta, atq. extrorſum & deorſum reducta, rotationis inſtar illum in aerem eiaculabantur, ut perbelle explicauit Propertius hoc uerſiculo.

Miſſile nunc diſci pondus in orbe rotat.

Quod enim diſcus figuram, quam diximus, lenti ſimilem habuerit, praeter Dioſcoridem lenticulam δίσκον nuncupantem, expreſſa hic comprobat Diſcoboli marmorea ſtatua, quae hodie Romae in aedibus Ioannis Baptiſtae Victorij ſeruatur, in cuius manu diſcum figura a nobis expreſſa poſitum uidere licet.



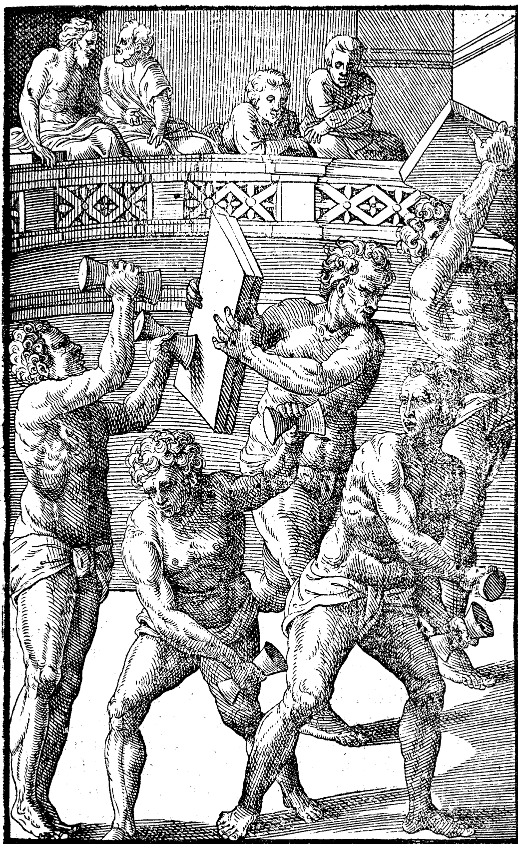
qđ itē oſtēdit alterius diſcoboli brachiũ Lapideũ hodie in magni Tu-
ſciae ducis aedibus Pittis uocatis ſeruatũ, ex ꝗbus ſimiliter diſcũ eia-
culādi modũ intelligere licet, ut prudēter nos monuit doctiſsimus Pe
trus Victorius aetatis noſtrae ornamētũ, ꝗ brachij figurã ad nos miſit.



Harum ſtatuarũ ſimiles alias duas diſcobolorũ fuiſſe ueriſimile eſt, quarum unã ex aere Myronem praeclariſsimum ſtatuariũ finxiſſe, a Quinctiliano celebratam; aliã Tauriſcum pictorẽ illuſtrem excel-

lenter

lenter pinxisse, refert Plinius. Hanc formã disci una cũ praedictis testi- D
monijs si uidisset, ac mature examinasset Gulielmus ille Choulus, nũquã certe affirmare ausus esset, discũ pilã rotundã in medio perforatã fuisse; nisi bonus ille vir nomine pilae quãlibet rem orbiculatã praeter Latinae linguae usum intellexerit. Atq. hoc dico; qm̃ D. Cyprianus in lib. de spectaculis discũ uocat orbẽ aeneũ, & in Marci Aurelij Imp. nũmis quibusdã Apolloniae Illirij excusis, quorũ exẽplar supra positũ est, huiusmodi Discobolorũ lusus repraesentatur, in quo discũ quadrã quandã orbiculatã, & in medio perforatã fuisse apparet. Vt hinc conijciã, non unã discorũ formã exstitisse, qua siue in sacrificijs, siue in gymnasijs uterẽtur. Illud attamẽ praetereundũ nõ est, in disco iaculando artẽ quãdã, ut P.ndari interpres ostẽdit, necessariã exstitisse; alioqui iaculatores laude frustrati deridebãtur, & saepe damna insignia spectatoribus afferebant, quod a Phoebo actũ fuit, quẽ disco Hyacinthũ in- E
terfecisse fabulantur. Disco simile erat alterum exercitationis genus, ἁλτῆρες a Graecis appellatũ, qđ in palaestra actitari solitũ scribit Galenus; hoc ab halteribus supra nominatis, quos saltatores, ut uehementius saltarent, manibus cõprehẽdere cõsueuisse, demõstrauimus, diuersum fuisse aperte declarauit Antyllus, cuius uerba apud Oribasiũ ita scripta reperiũtur in capite περὶ ἁλτηροβολίας. Διαφορὰ δ' ἐστιν αὐτῶν τῶν ἁλτήρων, ἢ γὰρ βάλλονται παρὰ μέρος τῶν χειρῶν ἐκτεινομένων τε, καὶ συγκαμπτομένων, ἢ κρατοῦνται μόνον ἐν προτάσει τῶν χειρῶν ἡσυχαζουσῶν ὡς τὰ πολλὰ βραχεῖάν τε κίνησιν κινουμένων αὐτῶν τε τῶν γυμναζομένων ἐμβαινόντων, καὶ ἀνασειόντων τοῖς πύκταις ὁμοίως, ἢ κατὰ σύνδεσιν τῆς ῥάχεως ταῖς χερσὶ παρακαμπτόντων τῶν γυμναζομένων. i. de Halteris iaculatione. Differentia autẽ est halterũ ipsorũ, aut enim proijciuntur manibus extensis & uicissim infl.x.s, aut in manuũ protensione, quae F
quiescunt, & ut plurimũ breui motu mouẽtur, solũ continentur; ipsi uero, qui exercebantur, non secus ac pugiles, introibant & cõncutiebant, uel qui se exercebant, secũdum dorsi assensum manibus uicissim se flectebãt. Ex quibus uerbis plane indicari uidetur, quod, licet halteres huiuscemodi ex eadem materia, atque eadẽ forma, qua saltatorum põdera esse possent, nihilominus ab illis differebãt, quod nõ modo manibus, ut saltatores, tenerentur; uerum etiã uarijs modis emitterentur, perinde ac tẽporibus nostris apud multos in usu habetur, qui sese exercent, aut pilam, aut lapidẽ vel terreũ, uel plumbeũ manibus, ac brachijs extẽsis, & circumactis in altum mittentes, de quibus locutus fuit Aretaeus, auctor nõ minus probatus, quam antiquus; ubi in dolore capitis τὴν ἁλτήρων βολὴν cõmendauit. Et ut possit certior formae huiusce exercitationis notitia haberi, adponendas curauimus halteristarũ imagines, quas ex gẽmis antiquis sculptis acceptas ad nos misit Pyrrhus Lig.



Et ne quis a nominum aequiuocatione errandi occasionem aliquã D
do capiat, illud animaduerti uolumus, ab ἁλτῆρες ἀλητῆρα nõ pa
rum differre: quandoquidem ἁλτὴρ exercitationis genus iam a no
bis descriptum, nec non pondera a saltatoribus manibus apprehen
di solita significat, ἁλτῆρα uero genus fuisse orchesticae, siue salta-
tionis apud Sycionios usitatũ refert Athenaeus. quo nomine Itha-
censes quoq. unam exercebant, quam non sine Vlysſis fortuna at-
que aerumnis constitisse arbitror; si quidem ἀλητὴρ ex Homeri uer
sibus, ex Hippocratis usu, atque Galeni interpretatione mendicũ
atq. erroneũ significat. Quales porro fuerint huiusmodi halteres,
nihil aliud explicatum reperio, nisi id quod Pausanias in v. Elia-
corum scripsit in hunc modũ: Οἱ δὲ ἁλτῆρες οὗτοι παρέχοντο χῆ-
μα τοιόνδε κύκλου παραμηκεστέρου, καὶ οὐκ ἐς τὸ ἀκριβέστατον περιφε-
ρεῖς εἰσιν ἥμισυ, πεποίηνται δὲ ὡς καὶ τοὺς δακτύλους τῶν χειρῶν διϊέ- E
ναι, καθάπερ δὶ ὀχάνων ἀσπίδος. idest, Hi autem halteres circuli ob
longioris figuram habent, neque dimidio ad exactiſsimam rotun-
ditatem perueniunt. Ita uero facta eorum est figura, ut manuum
digiti tamquam per clypei ansam immittantur: a quo paullo diuer-
Li. 4. chro. cap. 2. sius sensisse uidetur Coelius Aurelianus medicus inter Latinos an-
tiquos, ubi scribit, Arthriticis conuenire ceram digitis emollien-
dam dare, uel manipulos tenendos, quos palaestritae halteras ap-
pellant, tum mouẽdos cereos, uel ligneos, primo cum paruo plum-
bo interfuso, tum pro modó profectus grauiores. Ex quibus uerbis
elicitur Halteres fuisse massulas quasdam, siue manipulos ex uarijs
materijs modo leuioribus, modo grauioribus confectos, ea magni-
tudine, ut manu quilibet caperetur. qui mea sententia nedum so-
lis manibus, uerum etiam funiculis halteribus ipsis circumfusis, de- F
inde inter proijciendum explicatis, emittebatur, perinde ac faciunt
hisce temporibus multi, qui sic aut rotulas ferreas, aut caseos, aut
quid aliud simile proijciendo certant. An uero ἁλτῆρες a Platone
inter ceteras ad fortitudinem militarem comparandam excogitatas
exercitationes nominentur, nihil certe explicatum habetur: opi-
nor tamen ego, ipsum ubi 8. de legibus, haec de mulierum proprijs
exercitationibus scribit, καὶ λίθοις ἐκ χειρός τε, καὶ σφενδόναις ἁμιλ-
λομένων, nil aliud animo concepisse, nisi quod illae tum lapidibus
a manibns, tum a fundis emiſsis inter se certare deberent. nam &
ἁλτῆρες aliquando lapides erant, quos a manibus exercitatores eij-
cere consueuisse indicauimus; unde sub nomine lapidis a manibus
emiſsi ἁλτῆρα Platonem intellexisse non est prorsus rationi dissen
taneum: ueluti certum est, fundam ab halteribus diuersam funicu-

lum

A lum quendam fuisse, qui duobus capitibus manu capiebatur, altero cum ansula ne exiret, altero sine ut dimitti posset, atq. in medio latior erat, ut ibi lapis contineretur, quem circumacto ualide funiculo & ab uno capite dimisso uehementer proijciebant funditores. quam proiectionis formam duabus de caussis a Phoenicibus, quos Plinius fundae inuentores fecit, repertam credo; altera, ut minus manibus ex lapidum asperorum attrectatione nocumentum accederet, altera, ut longinquius & maiore impetu lapides proicerentur. unde Dauidem ad prosternendum Goliatem funda uti uoluisse existimo, quoniam aduersus robustissimum Gigantem maxima ui, & maximo armorum impetu opus esse cognouerat. Hoc genus certaminis apud Balearium insularum populos usq. adeo celebrabatur, ut matres filios suos alijs auibus uesci non paterentur, nisi B quas funda sibiipsis comparassent. lib.7.c.56.

Et ideo Virgilius fundam cognomine Balearem hoc uersu appellauit.

Stuppea torquentur Balearis verbera fundae. 1.Georg.

& Statius libro primo.

Roboraq. & grauidas fundae balearis habenas;

Ouidius lib.ij. Metamorph.

Non secus exarsit, quam cum balearica plumbum
Funda iacit: volat illud, & incandescit eundo.

Quod vero bellica gymnastica huiusmodi exercitationem in usu haberet, faciliter ex Vegetij commentarijs unusquisque cognoscere potest.

C *De Iaculatione.* *Cap. XIII.*



QVAMVIS τῆς πάσης ῥίψεως siue iaculationis omnis nomine apud Platonem quãdoq. omnem siue lapidis, siue iaculi, siue alicuius alterius proiectionem nosse ualeamus, nihilominus duas praecipuas illius species esse cisse 8. de legi. dialogo uidetur, alterã τοξικὴν, alteram ἀκόντισμα uocans, quarum duarum Apollinem atque Aesculapium praesides exstitisse tradit Galenus; nos primam sagittationem, secundam iaculationem cunctos fere Latinos secuti nuncupabimus. sagittationem tribus praecipuis modis fieri solitam inuenio tum, solis amentis, de quibus Silius lib.14. 7.de leg.

hasta iuuatur amento

cum arcubus, tum balistis, quibus sagittas subtiles, exilesq. infigen

tes, ac primo tendentes, deinde remittentes illas eiaculabantur, atq. D
hi communi appellatione τοξόται uel τοξόται uocabantur; unde uenenũ quoddam τοξικὸν nominari scribit Paullus Aegineta medicus, quod Barbari sagittas ad feriendum letalius illo inficerent: Iaculatio uero non modo sine amento, arcu, balistaue efficiebatur, uerum etiam grandiores sagittas, crassioresq. uirgas, & plerumque graues palos requirebat; quinimmo sagittarij solis brachijs sese mouebant, ἀκοντίζοντες autẽ siue iaculatores in iactu brachia contorquebant, extendebantq. & praeterea dorsum necnon femora pedibus immotis flectebant, agitabantq. quemadmodum tẽporibus nostris, quos pali iaculatores appellant, factitare conspicimus: utriq. tamen in huiuscemodi exercitationibus obeundis nõ paucis uiribus
li. de aere, aquis, & locis. indigebant, unde non sine ratione Hippocrates, multos ex Scythis prae impotentia humiditatis humerum neq. arcum intendere, ne- E
que telum contorquere potuisse memoriae mandauit, qui pariter in initio libri de fracturis dicebat brachij figuram aliam esse ἐν ἀκοντισμῷ κατὰ φύσιν, ἄλλο δὲ ἐν σφενδόνησι, ἄλλο δὲ ἐν λιθοβολίησιν, ἄλλο ἐν πυγμῇ. i. in iaculatione fundiarum, & lapidum emissione, necnon pugilatu. Habebãt uero, qui sic exercebantur, terminos, & scopos sibi propositos, quos modo praeterire, modo attingere, uictoriae gratia quisq. conabatur. qđ explicauit Horatius hoc uersu.

Saepe disco,

Lib. 1. car. ode. 8. *Saepe trans finem iaculo nobilis expedito.*

Ceterum hoc in loco id praeterire nolo, quod balista fuit tormenti
li. de re mil. quoq. genus, quo secundum Vegetium lapides, & sagittae eiaculabantur; & quod similiter sagittas catapultis, & scorpionibus anti-
li. 10. c 15. quos eijcere consuesse scripsit Vitruuius, de quibus tractare ad insti F
tutum nostrum minime pertinet: quas uero nos sagittationes, & iaculationes tractamus, illae sunt, quas gymnastica facultas tamquam proprias sibi exercitationes complectitur. Quod enim medicinae gymnastica iaculationes, atq. sagittationes pro sanitatis adminiculis in usu habuerit, (licet apud auctores raro scriptum inueniatur) in
In suasau. ad bo. ar. de tamen conijcere possumus, quod antiqui, referente Galeno, eosdem medicinae & sagittationis, iaculationisue Deos Apollinem nempe atq. Aesculapium effecerunt. At iaculationis utriusq. tam cum arcu quam sine, praecipuum in bellica gymnastica usum apud priscos fuisse, locupletissimum testem Platonem habemus, qui mulieres, & uiros futuros bellis aptos hisce in primis exercendos curauit, id quod mulieres Scytharum antea facere solitas sciebat, quas
Loco cit. Hippocra. & pedibus, & ex equis arcubus uti, & sagittas eiaculari con-

A consueuisse, scriptum reliquit; ut sileam Homerum, qui Myrmidonas Achillis milites, dum a bello uacarent, sese iaculando exercere, ne peritiam militarem amitterent, finxit. quam peritiã quantopere iaculandi, & sagittandi exercitatio, adiuuet, quantumq. eadem roboris lacertis afferat, clare indicauit Vegetius in 1. de exercitatione militari lib. Athleticam neq. iaculandi exercitatione caruisse, Hercules illius auctor fidem facere potest, quem sagittãdi peritißimum ea facultate centaurum Nessum quamuis remotum, & ceruam aeripidem transfixisse, harpyasq. uolucres in medio aere confecisse, tradit Seneca, atque cum eo alij. Ad haec etiam diuersae illae, atque multiplices belluae, quas in publicis spectaculis, ac ludis athletae modo sagittis, modo alijs armis interimebant, clarißimum argumentum praebent, certatores illos athleticos iaculationem quoq. B exercuisse, nec modo ignobiles, uerum etiam maxime illustres uiros, atque etiam Imperatores ipsos, inter quos duo adnumerantur Commodus uidelicet Faustinae Pij & prioris Faustinae filiae, & Marci principis filius; nec non Domitianus, quorum hunc centenas uarij generis feras in Albano secessu sagittis plerumque multis uidentibus confodisse, scribit Tranquillus; illum centum ictibus in arena totidem feras strauisse tam ualidis uiribus, ut multas uno conficeret ictu, tradit Herodianus: qui similiter scribit adeo illi certam manum fuisse, ut, quidquid oculo destinasset, iaculo & sagitta contingeret. Ergo iaculationem & in bellica, & in athletica, & in medicinae gymnastica locum habuisse, compertum est; cuius quidem iaculationes duo potißimum instrumenta fuisse, diximus, arcum, & sagittas, quos alij Scythem Iouis filium, alij Persen Persei C filium inuenisse dicunt. Iam uero sagittarum multas species fecimus, alias subtiles & exsiles, quae arcubus, & balistis ciaculabantur, quasque plumbatas fuisse existimamus: quamplurimorum, & praesertim Pacuuij in Paullo ita loquentis, Sagittis, plumbo, & saxis grandinat, niuit: nec non Aristotelis auctoritate ducti, qui in 2. de caelo scripsit, sagittas per aerem latas ipsum ignire, atque ipsum ita ignitum plumbum postmodum quod in eis continetur liquefacere: alias craßiores, iacula Latinis uocatas, a Graecis ἀκόντια, quarum inuentorem Aetolum Martis filium, credit Plinius: alias adhuc craßiores & grauiores, palos nostri uocant.

Libro 1.

Plinius. lib.7. c.56.

Explicit Liber Secundus.

ARTIS GYMNASTICAE LIBER TERTIUS

De agendis, & de ratione praesentis tractationis. Cap. I.



VLTAS exercitationũ species ab antiquis
in usu habitas superiori libro, qua potui-
mus perspicuitate, enarrauimus; multae
adhuc restant non minus fortasse scitu di-
gnae, quã illae, quarum maior pars tametsi
haudquaquã in gymnasijs praecipue pera-
geretur, neq. itẽ ad saltatoriã pertineret, in E
quã, & palaestricam uisi sumus superiori li
bro uniuersam gymnasticã distribuere, cũcta tamen tractari oporte
rẽ duximus, quia illa etiam si nõ proprie, saltẽ cõmuniter exercita-
tiones uocari merẽtur, & propterea nullo pacto a gymnastica exclu
di debẽt. Amplius eadẽ ad bonum habitum corporis, atq. ad ualetu
dinẽ cõferre oẽs medici fatentur: unde, cum studiũ nostrum in hoc
praecipue uersetur, ut eas oẽs corporis exercitationes tradamus, q̃
& ualetudinẽ iuuare, & optimũ corpori habitum parere iudicatae
sunt, de hisq. singulis gymnasticam cõsiderare statuerimus, uel unũ
aliquod intractatum relinquere praeter ordinẽ, & praeter institutũ
nostrũ foret. Neq. uero nobis illud uitio obijci debet, quod de me-
dicinae gymnastica sola sermonẽ habere in animo habentes, multa
de athletica, plurima de bellica immiscuerimus, atq. adhuc in sequẽ F
tibus idẽ facturi simus: propterea quod primũ atq. praecipuum cõ-
silium nobis fuit de medicinae gymnastica uerba facere. at postea
tribus de caussis reliqua adiunximus, tum ut aliarũ duarũ condicio-
nibus breuiter cognitis tota tertiae illius natura magis perspecta fo
ret, tum ut, quae cõfuse de singulis simul, uel indistincte saltẽ ab au
ctoribus tam Graecis, quam Latinis traditã fuerunt, ex distinctioni
bus nostris perfecte discerni possent, neq. ulla lectoribus errãdi oc-
casio relinqueretur, tum quia eaedẽ exercitationes ab athletis, a mi
litiae studiosis, & deniq. a sanitatis professoribus usitatae reperiun-
tur. quod si de medicinae dumtaxat gymnastica sermonẽ habuisse-
mus, necessario paene secuturum erat, ut uel hanc unam exstitisse
crederent lectores, uel saltem alias ab hac una & normas, & origi-
nem suscepisse. quod quantos in auctoribus legendis errores pepe-
risset,

A risset, nemo uel mediocriter in bonis artibus uersatus uidere non potest, praeterquã quod si quae de gymnastica medica scripsimus, quaeque uberius in sequentibus dicturi sumus, ijs, quae de ceteris duabus a nobis dicta fuerunt, alicui comparare placuerit, cognoscet profecto illa minimam partem obtinuisse, & proinde numquã iure infitiabitur, quin manifeste appareat nos de gymnastica arte medicinae subiecta, & non de ulla alia tractare uoluisse: haec est enim illa, quae tametsi corporis uni curae operam nauare uideatur, ita tamen & illius, & animae simul exercitationis, quod in Timaeo admonebat Plato, curam gerit, ut non sinat ita corpus prae robore, atque crassitie insolenter ferocire, quin animi motionibus secundum rationem sese domandum, castigandum, atque dirigendũ subijciat: id quod athleticam non effecisse, & iccirco ab omnibus
B recte institutis rebus publicis summopere damnatam atque ignominiose explosam fuisse, Galenus saepius praedicauit. ut etiam hac ratione merito excusari debeamus, si plura quam par aliquis iudicasset, de ea locuti sumus, quod ob id facere potuimus, ut eius natura ex ungue (ut aiunt) aestimata, & exercitationum, & in uiuendo, ac conuersando athleticorum morum prauitatem cognoscere, cognitam detestari, atque euitare liceret.

De ambulatione. *Cap. 11.*

QVANTVM commodi humanae huic uitae deambulatio praestet, satis aperte sapientissima natura demonstrauit, quae mirifico quodã artificio, singularique, & prope diuina prouidentia nobis pedes nõ ob aliud fabricauit, nisi ut deambulare, atque deambulantes actiones illas, ad quas
C nati sumus, perficere ualeremus. quod cum Praedo ille circa Coracesium Pamphiliae animaduertisset, ne homines, qui in eum incidebant, ambulare amplius, & reliqua uitae munia plene, honesteq. obire ualerent, pedes illis, sicut refert Galenus, memorabili quodam crudelitatis exemplo amputabat. Deambulatio ergo quã ueluti necessariam, atque in primis commodam siue natura, siue Deus nobis tribuerunt, quanto studio custodienda, atque adiuuanda sit, nullus non uidet; eo praesertim, quod si ullae exercitationes corporis inueniuntur, quae ualetudinem conseruare, imbecillitatem a morbo contractam pellere, & bonum corpori habitum comparare ualeant, quaeq. apud omnes homines, omnesq. nationes in frequentiori usu sint, una profecto exsistit deambulatio, quam non

3. de usu partium.

modo medici praecipuam eorum gymnasticae partem effecerunt, D uerum etiam antiqui omnes usque adeo aestimarunt, ut inter cetera priuatis exercitationibus destinata, & in gymnasijs & extra loca, nullius maiorem curam gessisse, nulliq. magis studuisse uideantur. quam ut accommodata omni tempore deambulantibus loca exaedificarent. Nam (ut ceteros auctores fide dignissimos omittam) Vitruuius quantopere in deambulacris fabricandis inuigilandum cēsuerit, unusquisq. ex eius scriptis facile comprehendet: ego certe ante & post Vitruuij tempora innumera in urbibus deambulationibus loca magnifice extructa scio. quae omnia apud me tribus generibus complectuntur, quia uel porticus erant, uel subdiales loci, uel subterranei. Porticus enim quandoq. theatris, quandoque templis, & illustrium uirorum domibus adiungebatur. ante balnea similiter fuisse porticus ambulationi dicatas, scribit Galenus; quandoque solae & separatae exstruebantur, quales plurimae Romae olim fuerunt, quarum uestigia nunc admirationem spectatoribus pariunt, & qualis fuit Pompeiana, de qua & Ouid. E

lib. 5. c. 9. — 5. de tu. ua. cap. 11.

Tu modo Pompeia lentus spatiare sub umbra.

& Propertius libro 2.

Scilicet umbrosis sordet Pompeia columnis,
Porticus aulaeis nobilis Attalicis & lib. 4.
Tu neque Pompeia spatiabere cultus in umbra,
Nec cum lasciuum sternet arena forum. & Martial. li. 11.
Cur nec Pompeia lentus spatiatur in umbra.

Ex quibus trium poetarum uerbis clare patet, Pompeianam porticum ad deambulationes exaedificatam fuisse, quemadmodum & quamplures alias in id constructas esse, apud Ciceronem tertio de oratore libro disputatur. Quod porro subdiales quoq. locos ad deambulātium tam commoditatem, quam iucunditatem maiores nostri extruerent, atque illos modo arboribus consererent, modo nudo relinquerent, praeter Vitruuium qui eos in gymnasijs, & extra gymnasia quomodo fieri deberent, copiosissime edocuit, argumento quoq. sunt xysta illa a nobis superius declarata, & praecipue deambulatorium illud Atheniensium in Academia, quod pulcherrimis platanis consitum ad id fuisse scribit Plinius, & ad cuius imitationem Alexandrum Seuerum nemora in publicis thermis, atque in suis aluisse existimo. Subterraneos uero locos quosdam ambulationibus destinatos fuisse, quos ob id hypogaeos Hegesippus, & Petronius uocarint, haud uero dissimile uidetur: quoniam temporibus, quibus mirum in modum luxus creuerat, fieri potest, ut una F

li. 12 c. 2.

cum

A cum innumeris alijs blandimentis excogitati sint ad uitandas aestiui caloris molestias. nisi eos potius credamus fuisse crypto porticus undiq. parietibus tectas, iccirco in eam formam fabricatas, ne ambulantes a uentis, & a reliquis aeris iniurijs laederentur, qualis hodie Romae in uiridario Vaticano uisitur, & quales fuisse illos uerisimile est, quos se inter ruinas uillarum Luculli tam in agro Tusculano, quam in monte Pausilippo uidisse, testatus est nobis Ligorius: quosue Plinius secundus in uillae suae Laurentini, & Tuscorum descriptionibus pluribus uerbis depinxit. De his Varro apud Nonium, Non uides in magnis peristylis, qui cryptas domi non habent, sabulum iacere a pariete, aut Euripis, ubi ambulare posint? Qui enim ambulationibus sese exercebant, omnes fere sanitatis gratia illud agebant, ut necessario cogerentur secundum temporum mutationes uarios locos habere, quibus citra ualetudinis offensionem ambulationes perficerent. Sostratum Gnidium architectum celebratissimum ambulationem etiam pensilem primũ omnium Gnidi fecisse, refert Plinius lib. XXXVI. cap. XII. Nam athletas ambulationibus numquam uti solitos ex eo credere debemus, quod neque in ludis, neque in amphitheatris, neque in sacris certaminibus, quibus omnibus inseruiebant, umquam eos ambulando contendisse legitur. Quod si locus in gymnasijs athletarum exercitationibus, & locus ambulationibus destinatus, quem Xenophon, & Vitruuius Xystum uocatum scribunt, uicini erant, non ideo inferre debemus, athletas deambulando exerceri solitos, sed alios in Xystis ambulare, athletas seorsum exerceri consueuisse: nisi dicamus athletas quoque post uehementes exercitationes ambulasse, atque illam ambulationem apud medicos ἀποθεραπείαν uocatam esse, & non proprie exercitationem: quid autem apotherapia foret, inferius declarabimus. Militari similiter peritiae studentes ambulationem parum curasse credendum esset, postquam nec Plato ullam eius mentionem fecit, nec in ullo bellorum genere adiumentum effatu dignum praestare uidetur, nisi Vegetius edocuisset ualde militibus futuris ex usu esse, ut asiduo exercitatio ambulare celeriter, & aequaliter discant, atque ob id ueterem consuetudinem permansisse, nec non D. Augusti, atque Hadriani constitutionibus praecautum fuisse, ut in mense tam pedites, quam equites educerentur ambulatum, & non solum in campis, sed etiam in cliuosis, & arduis locis descendere, atq. adscendere cogerentur, quo nulla res uel casus pugnantibus accideret posset, quam non ante boni milites asidua exercitatione didicissent. Habuit uero haec exercitatio

li. epist. 2. & 5.

In Oecon.

lib 1. de re mil. cap. 9. & penult.

B

C

tatio multas species tum a natura illius, tum a loco, tum a fine desumptas; a natura quidem, quoniam, cum ambulationem definierit Galenus ex crurum motu, ac quiete constare, motus ille, & per consequens ambulatio, aut erat magna, uel parua; aut uelox, uel tarda; aut uehemens, uel remissa: a loco autem uariabantur pariter ambulationum species, quandoquidem modo in urbe fiebant, & in gymnasijs, modo extra urbem, quemadmodum Phaedrus, & Prodicus apud Platonem faciebant, nec non Iscomachus apud Xenophontem, qui dum in agrum pedibus seruum suum equum ducentem sequeretur, meliori se exercitatione uti dicebat, quam si in xysto ambulasset; modo in locis planis, modo asperis, modo arenosis, quos pro paralyticis Asclepiades, Erasistratus, ac Themison male comendabant, modo aequalibus, modo inaequalibus, modo longis, modo breuibus. de quibus omnibus copiosissime disseruit Arist. in 5. probl. parti. A fine demum accipiebantur deambulationes, nempe quando uel ut auxilia sanitatis, ac boni habitus adhibebantur, uel ad corporis recreationem peragebantur. postquam enim grauiores exercitationes confecerant, ne statim ad quietem tamquam a contrario ad contrarium transitus fieret, ambulationes paucas & remissiores adhibebant, sicut & post medicamenta, ac uomitiones, atq. uniuersum hoc exercitationis genus ἀποθεραπευτικὸν appellabant: quamquam etiam gymnastae in medijs laboribus, potissimumq. in ijs, qui graues uocatas exercitationes obijssent, apotherapia interdum utebantur, quod Galenus summopere laudandum iudicauit. Apud Varronem quoque, ut meminit Nonius, habetur, aliquos ad excitandam sitim ambulatione usos esse. nam in lege Maenia ita scriptum erat: Exercebam ambulando, ut siti capacior ad cenam ueniret guttur.

[Margin notes: 3. de usu partium. — In Oecon. — Coeli' Au. li. Chron. 2 cap 3. lib. de causis procat. — 3. de tu. ua. cap. 2.]

[Margin letters: D — E — F]

An Erectum stare sit exercitatio. *Cap. III.*



QVI rerum ipsarum naturas leuiter perscrutati sunt, nihil ambulationi ipsi, motuiq. dissimilius esse, quam pedibus erectum stare iudicarunt. At quoniam profundius quaerentes in hanc sententiam eunt, erectos. s. pedibus stantes si non ambulãt, saltem aliquo pacto moueri; propterea que statum huiuscemodi ab exercitationum censu excludi minime debere: ideo etiam de hoc sermonem facere decreui; eo praesertim quod multi falsis rationibus ducti hanc opinionem ita animis imbiberunt, ut pertinaciter credant, stantes pedibus nullo

modo

A modo sese exercere, sententiam suam huncin modum probantes, uidelicet quod definitum apud omnes auctores reperitur, exercitationem motum exsistere, cui motui statum plane contrarium esse praeter ceteros Plato ubiq. praedicat, dum inter prima rerum principia statum & motum ueluti duo contraria collocat, quos tamen apertissime alucinari facile conuincitur; quandoquidem omnes illi, qui pedibus erecti stant, licet moueri sensibiliter nullo modo uideantur, attamen ratio ipsa, quod aliquo pacto moueantur, certissime persuadet. Nam & multorum ueterum sententia fuit, nō quae moueri uideantur, ea moueri sola, sed multa immobilia apparere unum eundem locum obtinentia, quae nihilominus moueri efficacissimis rationibus, ac fere sensu ipso demonstrantur. Aues etenim non tam quando modo sursum, modo deorsum uolitant, in motu B esse censentur, quam dum in aere locum unum fere immobiliter occupant. id quod sic probatur, quia si auis quae stare in aere immobiliter uidebatur, in eo ipso instanti moriatur, protinus in terram decidit (ut de apode illa aue manucondiata, quam nisi mortuam in terris uideri, & uiuam semper in aere manere ferunt) nōn ob aliam profecto caussam, nisi quoniam corpus illud in sublimi motus alicuius ab anima in corpore facti auxilio consistebat, quo motu postea priuatum corpus, atque naturae suae dimissum ad centrum declinat, sicuti dum contra naturae suae inclinationē sursum sustinetur, haudquaquam cadit, neque item perfecte quiescit, sed quasi duobus motibus contrarijs agitatur, altero corporis deorsum a natura acti, altero animae sursum contra naturam corpus mouentis. Idem ferme euenit in hominibus erectis stantibus, quorum C corporibus natura ad terram inclinantibus, & anima contra sursum illa sustinere obnitente motus quidam sensui immanifestus suboritur. cuius indicium illud habetur, quod si anima a corpore erecto stante exeat, illico ipsum in terram delabitur, quia motus ille deficit, cuius beneficio anima corpus naturaliter ad terram inclinatum, sursum eleuatum continebat: ut his rationibus omnino cuiuis persuasum esse debeat, eos, qui pedibus erecti stant, ob continuos, & contrarios animae corporisque obnixus aliquo pacto moueri, atque ipsorum musculos omnes corpus gestantes, & a terra attollentes, erigentesq. uehementer intendi: cuius intensionis atque etiam ipsius occulti motus merito postea efficitur, ut stare maiorem laborem, ac lassitudinem molestiorem pariat, quam ambulare, sicuti praeclarissime a Galeno scriptis mandatum est. Neque Plato ubi inter principia rerum statum perinde ac motui contrarium

In Soph.

Lib. de tre. & rig.

rium collocauit, uera prorsus locutus est, cum Aristoteles. 5. Physicorum libro longa oratione non statum motui, sed motum motui contrarium esse demonstrauerit; nisi potius aliquis dicat, Platonem aliud genus motus ac status mystice (ut solet) intellexisse, cum ex ipsis naturas quoque diuinas constare asserat. Si igitur tot rationibus satis comprobatur; erectos stantes aliquo pacto moueri, atque interdũ non modice laborare, consentaneum uidetur, ut nõ ob id status ab exercitationũ ordine remouẽdus sit, quod exercitatio definiatur esse motus, & ipse minime motus appellationem mereatur, quinimmo sicuti quàplures motus, qui sanitati, & bono habitui cõferre iudicantur, etsi uere ac proprie exercitationes non sint, cõmuniter tamen esse a nobis supra abunde ostensum fuit: similiter & stare erectum communi notione exercitationem esse censemus. Vnde sapientissimus Hippocrates, qui ulcera curanda quiete indigere alias praedicauit, stare, & sedere ipsis inimica esse scripsit: quasi innuere uoluerit, dum corpus sursum uel sedendo, uel stando detinetur, musculos magnopere contendi, atque etiam motum quendam inter animam & corporis naturam generari, qui ulcera ipsa in cicatricem coalescere minime permittat. atque hoc esse puto, quod a Coelio in Epilepsiae curatione stans exercitium uocatur. Num uero antiqui gymnastae inter alias corporũ exercitationes huiuscemodi statum receperint, nil certi affirmare audeo. Athletae enim cum nullum fere usum in stando haberent, nisi quando Milonis imitatores recti stantes sese ceteris a loco dimouendos ostentandi roboris gratia praebebant, uel statu non per se, sed ob alium utebantur: ideo haudquaquam seipsos in hoc genere exercuisse mihi uerisimile redditur. Quod quaeso certamen in stando solum effectum cerni poterat, quod aut spectatoribus delectationem afferret, aut sacrificijs, uel alio modo amphitheatris, aut stadijs inseruiret, uthorum gratia athletas sese exercere, uel certare stantes solitos dicamus? stabant tamen qui athletas certantes spectabant, sed non ob aliud nisi ut amphitheatra illa lignea maiorem hominum multitudinem capere ualerent, quandoquidem antiquitus subsellia quisq. sibi ferebat, quibus ad commode, & citra molestiam spectandum, necnon aliquando pro telis, dum pugnabant de loco, utebantur, isque usus primum M. Messalla & Cassio Cos. creuit, mox P. Scipione Nasica censore S. C. cautum, ne cui in urbe propiusue mille passuum subsellia posuisse, sedentiue ludos spectare licitum esset. Quod porro traditum est antiquis Romanis lege cautum fuisse, ut adorantes starent erecti, stantesq. Ioui sacrificarent, quemadmo

dum

A dum Valerius Martialis de quodam ſcribit,

Multis dum precibus Iouem ſalutat,
Stans ſummos reſupinus vſque in vngues.
Aethon,

Minime ad athletas in ſacris certaminibus, uel in celebrandis ſacrificijs ludere ſolitos pertinuiſſe arbitror, quin potius altiori & aequiore cauſſa illud factitatum pro certo teneo, ne ſcilicet ſedentes, ſiue iacentes in adorando, ſomno (quod intente ſpeculantibus ſaepenumero contingere conſueuit) caperentur, ſed attente ſimul, ac uigilanter diutius in adorationibus perſeuerarent: niſi dicamus, illud pariter ueteres effeciſſe ad praeſtandam Dijs ipſis reuerentiam maiorem. Nam multa huiuſcemodi pro maioribus reuerentiae ſignis apud maiores noſtros habebantur, quae hodierna die ſecus re-
B putatur, ueluti cooperto capite ſacrificari pro maxima reuerentiae ſignificatione habebatur, ut in Romanis probl. ſcriptum reliquit Plutarchus, & ut Curculio ille apud Plautũ inſinuat dicens. Quis hic eſt qui operto capite Aeſculapiũ ſalutat? cum detecto capite ſem ”
per ambularet. Haud ſecus itaque & erectum adorare pro maxima ”
honoris demõſtratione reputabant, ſicuti nos genuflexum: quamquam & Pythagoras, uel ſecundum Plutarchum Numa adorationes fieri ſedendo uoluit, quo ſic uota rata, firmaq. eſſe debere ſignificaretur. Vnde quod erecti ſacrificarent, nequaquam athletas in ſacrificijs ſtatu uti conſueuiſſe, argumentum eſt. Bellicae ſimiliter diſciplinae amatores parum utilitatis in ſtando conſequi potuiſſe, ut in eo genere exerceri potuerint, mihi ualde rationi conſentaneum uidetur: ſi quidem ſola excepta tolerantia militibus profecto
C neceſſaria, quam alteram militarem uirtutem aut efficere, aut adiuuare queat erecta ſtatio, nuſquam uideo, praeterquam quod neque Plato, neque Xenophon, neque Ariſtoteles, neque Vegetius futuros bellatores ſtando ſeſe exercere praeceperunt: tametſi Flauium Veſpaſianum patrem dicere ſolitum acceperimus Imperatorem ſtantem mori oportere. Verum enim uero medicorum gymnaſtas tam ſanos, quam ualetudinarios aliquos interdum ſtando exercuiſſe, numquam negarem; quoniam plurimos uſus tam ad conſeruandam ſanitatem, quam ad praeſtandum cruribus robur habere conſpicio: dum enim muſculi omnes contenduntur, & corpori anima obnitens laborat, utrique ualidiores efficiuntur, interim quoque humores, & excrementa promptius ad inferiores ductus feruntur, cibiq. in uentriculi fundo, ubi perfecta concoctio abſoluitur, honeſtius accommodantur. ex quo conijcio, hoc unum exercitationis

tionis genus post sumptos cibos in usu esse potuisse, quando non D
minus ad accōmodandum in stomacho nutrimentum, quam ad excitandum natiuum calorem, somnumq. prohibendum ualet, sicuti uulgaris illa, & non penitus absurda opinio, quod a prandio standum a cena ambulandum sit, comprobare uidetur. Illud uero hoc in loco praeterire nolo differt, quisne erectus sub sole stet (ὑλιθερεῖσθαι uocat Galenus) an in umbra, quod in umbra nullam aliam alterationem patiuntur nisi eam, quam ratione status oriri demonstrauimus; at illi qui sub sole perstant praeter iam dictam alterationem, non parum a calore solis mutantur: nimirum cum Aristoteles scripserit, ipsos etiam uehementius incalescere, quam illos qui mouentur, quod ipsi ea aeris perfrigeratione careant, quam istos opera motus obtinere omnes quotidie experiuntur ne taceam medicos, a quibus febres ex huiuscemodi sub sole statu generari creditur. ex quo minime satis mirari soleo, quomodo Plinius Caecilius memoriae mandarit, auunculum suum Plinium alioqui in uiuendo solertissimum post cibum saepe, quem interdiu leuem, & facilem ueterum more sumebat, aestate, si quid otij, in sole iacere (quod ego stare interpretor) consueuisse; atque etiam paullo antequam ex Vesuuij concrematione interiret, sole usum frigidam bibisse. Non est praeterea ignorandum, erectum stare, perinde atque ceteras exercitationes, ante cibum quoquo prodesse, sententiamq. nostram, qua post cibos ueteres stare consuesse iudicauimus, ita interpretandam esse, ut sola haec exercitatio frequentius post mensas usurpata fuerit, non quod in usu quoque ante cibum non exstiterit, cum quisque apprime cognoscere ualeat, eos, qui ceteris exercitationibus obeundis haudquaquam apti sunt, siue sani, siue ualetudinarij, posse aliorum loco si non aeque bene, saltem paullo minus pro sanitatis conseruatione in stando sese exercere; atque pro ambulatione leui diuturniore statu ante cibos uti, modo reliquae, quas inferius demonstrabimus, condiciones obseruantur.

5. partic. Prob. 34.

Epist. lib. 3. & 6.

(margin letters: E, F)

De pugnarum generibus. *Cap. IV.*



QVAMVIS Pugnae nomen apud Latinos atq. Graecos scriptores multa significare comperiatur, ea tamen, de qua nos hic tractare debemus, non aliud fuit, nisi exercitatio quaedam, in qua duo ut plurimum inter se dimicabant, uel ut ad bellicas pugnas ineundas, & fortitudinem & peritiam compararent, uel ut in ludis, amphitheatris, atq. alijs publicis

A cis certaminibus spectaculisq. coronas uictoriae consequerētur, populumq. oblectarent; uel ut optimum corporis habitum, atq. sanitatē ipsam acquirerent, tuerenturq. hos apud Euseb. viij. Hist. Eccl. cap. xviij. Μαχήτας nuncupatos existimo, ut ij. qui pugiles eo in loco transtulerūt inepte fefellerint. Quomodo uero efficeretur, quoniam satis quisq. ex se conijcere ualet, in hoc explicando haudquaquam immorabor: illud solū praetermittere nolo, apud Oribasiū duplicē pugnam in medicinae gymnastica exstitisse: alteram cū telis semper, alteram plerumq. sine telis, quam σκιαμαχίαν Graeci, umbratilē pugnā uocarunt nostri. telorū pugna efficiebatur, quando singuli inter se armis rudibus, uel incidentibus, & pungentibus certabant, unde μονομαχίας nomē antiquitus utraq. sortita fuit, &

B a Coelio Aureliano hoplomachia hoc est armorū ficta cōfrixio uocata, nec non ad diminuendam πολυσαρκίαν laudata fuit. At sciamachiam fuisse, quando homo aduersus umbram & brachijs & cruribus pugnabat, p̄ter Platonē, q & in Apologia, & alibi σκιαμαχεῖν de pugnantibus sine aduersario dixit, auctor est Oribasius, q ex Antylli sentētia tradit, ita certantes cōsuesse nō solum cum umbra manibus, atq. cruribus pugnare, uerū etiā aduersus columnam, & aduersus palum, de quo fecit mentionē Iuuenalis, aut murū, nec non aliquando summis pedibus pugiles imitari, & interdum tamquam salientes, interdū tamquā pedibus cedentes, id quod tunc potissimū ueteres facere cōsueuisse opinor, quando antimachus siue aduersarius deerat, siue quando ita exercendus adeo delicatus erat, ut non posset minimū quid damni pati, quod accidere solet illis, qui armis

5. chro. pa. cap. ulti.

Sat. 6.

C quibusuis aduersum alterum contēdere solent. Primū enim illud innuisse uidetur Plato, ubi dixit: καὶ ἔτι πάντων, τῶν τε ἐμψύχων, ❝ τῶν ἀψύχων ἀπορύσαντες ποτε, ἐρημίᾳ συγγυμναστῶν, ἄρά γε οὐκ ❝ ἐτολμήσαμεν αὐτοὶ πρὸς ἡμᾶς αὐτοὺς ὄντως σκιαμαχεῖν: hoc est, Si oībus animatis & inanimis careamus, nūquid nos ob eorū, qui nobiscū exerceantur, inopiā, aduersus nosmetipsos uere umbratili pugna certare audebimus. & post ipsum Plutar. ī 7. Prob. cōuiuialiū: ἀλλ᾽ ὁρῶ, εἶπεν, ὑμᾶς οἴκοι ὄντας ἤδη σκιαμαχεῖν πρὸς τὰ εἴδωλα: idest, Sed uideo, ait, uos iam vmbratili pugna aduersus idola certare paratos. Neq. uero admirari quis debet, qđ antiquos cum umbris pugnasse (quasi id ridiculū sit) affirmarim, quoniam etiam hisce tēporibus nō pauci reperiuntur, qui ex seipsis, ut exerceantur, aduersus aerem pugnis, brachijs, armisq. certant, uel quando aduersarius abest, uel qn̄ a nemine uideri amant. De hac Paullus Apostolus loquēs dixit: οὕτω πυκτεύω, ὡς οὐκ ἀέρα δέρων, i. Ita pugnis certo, quasi

7. de leg.

Prob. 10.

aerem

aerem non caedens. Iam uero non minus telis, quam pugnis, & brachijs nudis huiuscemodi exercitationem usurpatam esse rationi est consentaneum. Hae itaq. fuerunt duae pugnae species, quas maiores nostri exercitationũ loco in usu habuisse reperitur: ita ut nulla gymnastica exstaret, quae inter alias exercitationes hanc nõ recepe rit. quod enim athletica uetustissimis usq. tẽporibus pugnandi armis incidentibus exercitatione uteretur, locupletissimũ testem Plu tarchũ habemus, qui in 5. Sympos. scriptũ reliquit, antiquitus monomachiam. s. aut singulare certamen in Pisa Ciuitate, & in Elide Peloponnesi regione iuxta Alphaeum fluuiũ, circa quam quincto quolibet anno, hoc est, ut Pindari interpres testatur, alternis olympiadibus, siue mensibus quadraginta octo, aut quinquaginta certamina olympica Ioui sacra celebrabãtur, usq. ad mortem deuictorũ cadentiumq. iugulationem procedere cõsueuisse. Praeterea narrat Galenus, sacerdotes in Pergamo priscum morẽ retinuisse, ut aestatis tẽpore monomachias uocatas exercerent. quas ne quis credat soli Graecorũ nationi proprias exstitisse, adeundus est Athenaeus, qui in quarto dipnosophiston auctoritate Nicolai Damasceni Philosophi peripatetici refert, Romanos monomachorũ spectacula nõ modo in festis, atq. amphitheatris, uerũ etiam in conuiuijs a Tyrrhenis consuetudinẽ mutuatos adhibuisse; quamuis Romani nõ monomachos, sed gladiatores hos oẽs nuncupare maluerint, quos Iulij Caesaris aetate in foro nouissime pugnasse, quosq. pugnãtes Smaragdo Neronẽ spectasse scribit Plinius. Hi quoniam artẽ plurimis absurdis plenã exercebant, ut a ceteris pugnantium exercitationibus integre dignosci possint, nonnulla de ipsis breuiter exponã. Nam illud primum detestandũ plane habebant, quod certantes quã grauius poterant, sese ferire studebant, & non solũ (quod scripsit Scribonius Largus, qui Tiberij Caesaris & Messalinae aetate medicinã Romae exercuit) cõtusiones in luctationibus patiebantur, sed etiã non raro usq. ad alterius, uel etiam amborũ pugnantium interitũ certamen protẽdebatur: quemadmodũ, praeter Athenaeum, atq. Plutarchũ, Galenus quoq. testatur, qui se gladiatores grauiter uulneratos curasse, & ob id a suae ciuitatis põtifice in eorũ medicum cooptatum fuisse scribit. Quin auctor est Gellius, gladiatori composito ad pugnãdũ pugnae hanc propositã sortẽ fuisse, aut occidere si occupauisset, aut occũbere, si cessasset. ut id uerum putare debeamus, quod M. Tullius. 2. Tusculanarũ quaestionũ memoriae mandauit, athletas etiã uulneribus confectos ad dominos mittere solitos, qui quaererent, quid uellent, si satisfactũ ijs esset, se uelle decũbere. nã usq.

adeo

[Margin notes: 2. Prob. — Lib. 15. ca. 18. & lib. 37. c. 5. — 3. de cõp. me. p gen. — Lib. 7 c. 3]

[Margin letters: D, E, F]

A adeo mortem, ac vulnera intrepide obibant, ut nec ingemiscerent, nec multũ mutarent, huiusmodi uero nefandas hominũ caedes cũ sustinere oculis non posset optimus Imperator Antoninus narrat Dion eum edicto cauisse, ut gladiatores nõ acuto ferro, sed obtusis gladijs, & teretibus dimicarent, quod hodie factitant qui pugnandi arti discendae operã nauant. Secunda turpitudinis species, qua monomachiae huius professio notabatur, fuit ciborum genus: siquidẽ Plinius memoriae prodidit gladiatores hordearios uocatos, quia antiquitus hordeo uictitabant, sicut post Plinium Galenus eosdem & faba, & ptisana uesci solitos scriptum prodidit. Tertium gladiatorum abominandum institutum erat, in ipso certamine sanguinẽ ex uulnere aduersarij bibere, tamquam ijs ad confirmandum animum & uires efficaciter conferret, nec non post pugnam cinerem B pro medela potare, quod retulit Plinius. Itaq. de his, praeclare admodum sic a Cypriano declamatũ est. Paratur gladiatorius ludus, ut libidinẽ crudelium luminum sanguis oblectet. Impletur in succum cibis fortioribus corpus, & aruinae toris membrorũ moles robusta pinguescit, ut saginatus in poenam carius pereat. Homo occiditur in hominis uoluptatem; & ut quis possit occidere peritia est, usus est, ars est, scelus non tantum geritur, sed docetur: quid potest inhumanius, qd acerbius dici? disciplina est, ut perimere quis possit, & gloria est, quod peremit. Quid illud, oro te, quale est, ubi se feris obijciunt, quos nemo damnauit, aetate integra, honesta satis forma, ueste pretiosa uiuentes in ultroneum funus ornantur, malis suis miseri gloriãtur, pugnant ad bestias nõ crimine, sed furore: spectãt filios suos patres. Frater in cauea, & soror praesto est, & spectaculi C licet pretium largior muneris apparatus amplificet, ut maeroribus suis mater intersit: hoc, proh dolor, mater & redimit, & in tam impijs spectaculis, tãq. diris esse se nõ putant oculis parricidas. Hactenus uir ille Christianus, cuius orationẽ hic exscribere placuit, quod ad gladiatoriae exercitationis prauitatẽ ostendendam, nil luculentius haberi posit. Qua tamen prauitate illud mihi ualde turpius existimare in mentem uenit, quod & Reipub. libertatis, & Imperatorum temporibus rari fuerint siue nobiles, siue ignobiles, siue cõsulares, siue imperatores, qui spectacula adeo inhumana, ac omni flagitio, & saeuitia plena libenter, atq. maxima cum uoluptate non intuerentur. Numquid autem cuiusuis generis homines, an ignobilissimi dumtaxat gladiatoriam exercerẽt, anceps ualde sum. quod enim Lentulus Capuae, ut ferunt, gladiatores aleret, quod C. Terentius Lucanus, auctore Plinio, gladiatorum quadraginta paria

lib.17. c.7. Primo de alim. fac.

lib.28. c.1. & li. 36. c. ulti.

li 2 epist.

lib.35. c.7.

in foro per triduum auo suo, a quo adoptatus fuerat, dederit, quod uenales essent, & tria illa nefanda a nobis praedicta profiterentur, mihi certe persuadent ex omnium hominum ignobilissimo simul ac impurissimo genere ueluti seruis exstitisse. Ex altera parte cũ Galenus referat, sacerdotes monomachiam exercere solitos, cũ Athenaeus scribat illustres uiros, atq. Duces monomachiam exercuisse, cum Herodianus, atq. Iulius Capitolinus Commodum Imperatorem gladiatorem eximium fuisse, & in publicis theatris, spreta Imperatoria dignitate, gladiatoris partes adimplesse scribant. cum tradant alij Imperatores ad bellum profecturos munus gladiatorium, ac uenationes edere consueuisse, ut ciuium sanguine sic effuso pugnae quadam imagine Nemesis se, idest Fortunae uis quaedam expleret, uel ut insuescerent milites uulnera, atq. caedes inspectare. qua item ratione Solon apud Lucianum narrat legem Atheniensibus fuisse, ut iuuenes coturnicibus siue qualeis, ac gallis pugnantibus spectandis studium impederent, quo illi uolucres usq. ad extremam uirium defectionem rostris certantes, intuentes, ad fortiter subeunda pericula, & contemnenda uulnera, ne auibus ingenerosiores apparerent, inflammarentur, cuius studij mentionem quoq. fecit Aeschines contra Timarchum, & Columella libri octaui cap. 2. Cum inquam haec omnia mente contemplor, quasi credere cogor, tum nobiles aliquãdo, tum ignobiles ut plurimum athleticam hanc atq. gladiatoriam pugnandi speciem exercuisse: quãdo etiam apud Athenaeũ reperio, nonnullos testamento cauisse, uti pulcherrimae etiam puellae monomachorum instar decertarẽt, aut qui in delicijs fuissent impuberes. Atque ex his clare patet, armorum acutorum pugnam inter athletarum exercitationes adnumerandã esse. quos sciamachiam quoque interdum, siue umbratilem pugnam exercuisse, inde satis conijcere possemus, quod Glaucus Carystius athleta strenuus non minus ob pugilatoriam, quam in umbra pugnandi excellentiam celebratus sit, eique statua habitu, formaque in umbra pugnantis erecta, ut Pausanias narrat, tradatur: nisi certius comprobarent illud haec Dionysij in libro de diuinis nominibus uerba: ὅπερ ὁ σοφὸς οὐκ ἐννοήσας μιμεῖται τοὺς τῶν ἀθλητῶν ἀπειρονίκας, οἳ πολλάκις ἀσθενεῖς δ' εἶναι τοὺς ἀνταγωνιστὰς ὑποθέμενοι, κατὰ τὸ δοκοῦν ἑαυτοῖς καὶ πρὸς ἀπόντας, αὐτοὺς ἀνδρείως σκιαμαχοῦντες, οἴονται τῶν ἀντιπάλων αὐτῶν κεκρατηκέναι: i. Quod sapiens minime intelligens inexpertos uincendi athletas imitatur, qui saepe antagonistas imbecillos esse supponentes, prout ipsis uidetur, necnon aduersus eos absentes fortiter umbratili pugna certan-

3. de frac. | lib. hist. 1. | Spartianus i Pupieno; & Albino. | In Anach. | cap. περὶ δυνάμεως | D | E | F

A certantes, aduersarios ipsos uicisse putant. Habuit & Athletarum gymnastica pugnae aduersus palum exercitationem: cum Vegetius scribat, palorum usum non tantum militibus, sed etiam gladiatoribus plurimum profuisse, nec umquam aut arenam, aut campum uictores ullos declarasse, nisi qui diligenter ad palum fuissent exercitati. Huius meminit quoque Plato 7. de leg. Aristoteles in Polit. & Iuuenalis Saty. 6. lib. 1. de re milit.

aut quis non videt vulnera pali.
Quem cauat assiduis sudibus, scutoq. lacessit
Atque omnes implet numeros,

Ad haec bellicā gymnasticā, pugnarum armatarū utrarumq. exercitationibus minime caruisse, abunde demōstratū est & a Platone, & ab Aristotele, qui in libris Politicorum semina quaedam huiusce 7. de legib.
B exercitationis monstrauit, ac fortasse in illis perfecit, quos ab eo scriptos a nobis desiderari oēs docti sciunt. quamuis credibile est, dum ad perdiscendū exercerentur, rudia tela plerumq. in usum uenisse. quod enim huiuscemodi cōcertationes maximā ad belli peritiā utilitatē praestarent, nemo qui hisce tēporibus eorū professores spectauerit, negaret, quando similiter Plato tanti eas facit, ut ceteris exercitationum generibus pro offensione simul & defensione praeposuerit, in ipsisque mulieres & uiros elaborare uoluerit. Hanc rudibus armis factam militarē monomachiam illā fuisse, quā Hermippus Mantinaeos inuenisse, & Cyreneos aemulatos esse scribit, ego ferme credo: sicuti similiter existimo, quam scrimiam uulgus dicit, eam ipsam, & non umbratilem pugnam ut Budaeus in Com. ad Pandectas, Gulielmus Choulus, & alij nonnulli falso Athenaeus lib. 4.
C autumarunt, esse, de qua locutus Plato mea sententia uidetur, quando in Lachete scripsit, iuuenibus conducere, ut armis pugnare discant, quoniam sic habitus corporis robustus acquiritur, nec ulla exercitatione inferior haec est, aut minus laboriosa. In hac haudquaquam certatores, quemadmodum gladiatores se usque ad necem feriebant, sed rudibus telis quasi sese petere inuicem simulantes, quandoque etiam re uera ferientes, & plagarum inflictiones, & auersiones ediscebant. Aliquando tamen cum umbra armis etiam pugnabant: quod Celtas post cenam factitasse, Posidonius auctor est. Iam uero omnium frequentissime pugnam aduersus palum exercebant, qui militarem disciplinam comparare optebant. quam exercitationem ita factitatam scribit Vegetius, quod a singulis tyronibus singuli pali defigebantur in terram, ita ut micare non possent, & sex pedibus eminerent: contra illum palum ue- lib. 1. de re milit. c. 11.

luti contra aduersarium scuto, & claua tamquàm gladio se quisque D
exercebat, nunc quasi caput aut faciem peteret, nunc a lateribus mi
naretur, interdum contenderet poplites & crura ferire, recederet,
insultaret, insiliret, & quasi praesentem aduersarium, sic palum om
ni impetu, omni bellandi arte tentaret. Quomodo autem medici-
nae gymnastica hoc exercitationis genus receperit, facile cogno-
6.collect. scet ille, qui Antylli orationem apud Oribasium pensitauerit. Is
quidem ueteres Graecos haud quaquam armorum pugnam pro ua
letudinarijs in usu habuisse, sed dumtaxat ad efficiendos in bellum
paratiores milites, scribit, additque Romanos primos eam, quae
pro sanitate exerceretur, inuenisse, quos idoneis quibusuis locis,
rudibusque telis primo eam exercuisse, & deinde in gymnasia inue
xisse uerisimile fit, cum Galenus inter alia gymnastae munera etiã
armorum exercitationem tamquam bono corporis habitui condu E
centem recenseat. Nam gymnasticos tam armorum, quam um-
brae pugnam proposita sanitate usurpasse, satis clare monstrauit
2.de tu.ua. Galenus, ubi ad exercenda brachia, atque crura sciomachiam com
c.11. & 12. mendauit, hoplomachiam uero a Damea inuentam multorum
membrorum optimo statui conferre tradidit. Quam enim armis
peragebant exercitationem, hoplomachiam uocatam fuisse, prae-
ter nominis ipsius rationem, non modo Galenus testatum reliquit,
uerum etiam Coelius Aurelianus, ut paullo ante demonstrauimus,
Lib.8. nec non Martialis, qui medicum quendam hoplomachiam praue
exercentem, siue potius aduersarium grauiter & praesertim in ocu
lis ferientem, hisce uersibus carpit.

Hoplomachus nunc es, fueras ophtalmicus ante
Fecisti medicus, quod facis hoplomachus. F

Quamobrem ex his omnibus perspicuum cuiuis esse potest, pu-
gnam tum armorum utramque, tum umbrae in omni gymnasti-
cae specie locum habuisse. Iam ad alias, quae restant enarrandae,
antiquorum exercitationes, transeamus.

De nonnullis alijs exercitationum speciebus. Cap. V.

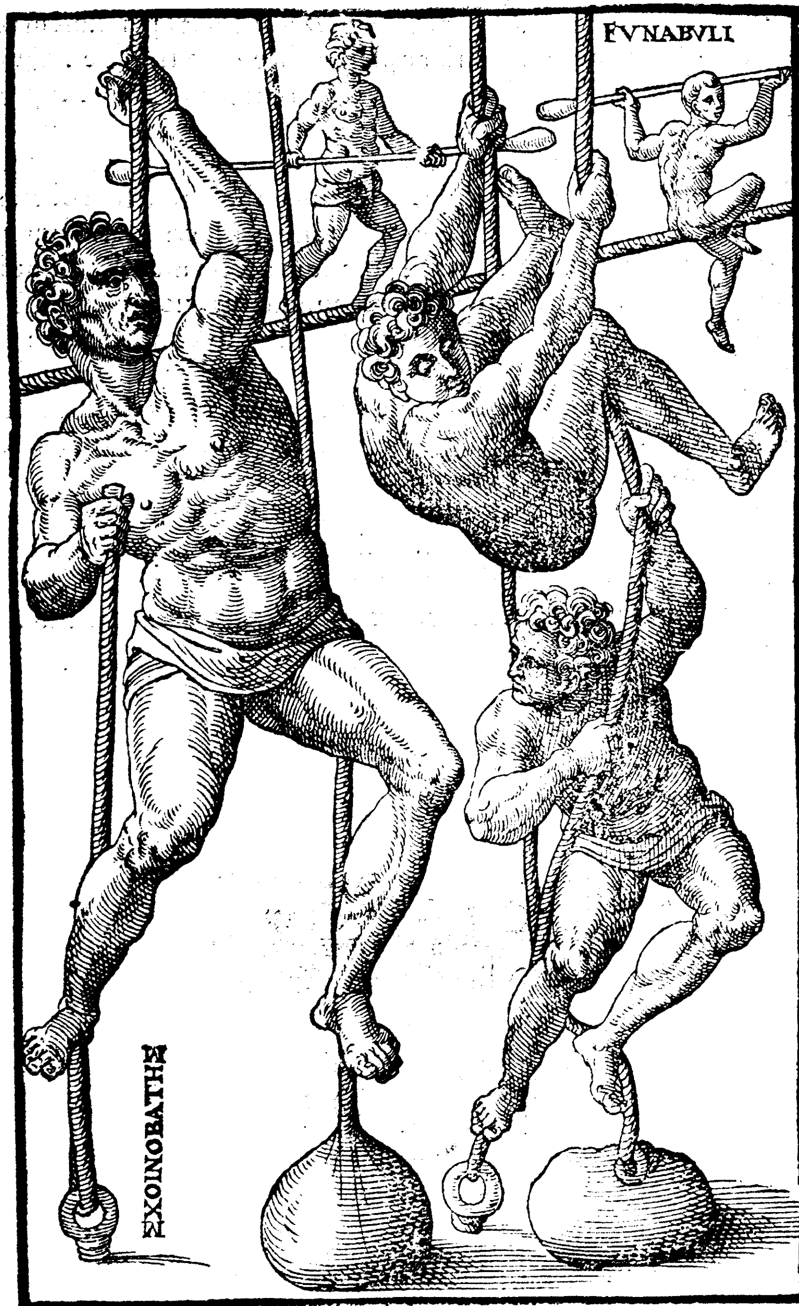


PRAETER exercitationes, quas iam perspicue quantum
in tanta licuit rei obscuritate, explicauimus, multae
aliae exstitere, quae licet ubique locorum, prout tem-
porum & hominum uariae occasiones postulabant, age
rentur, praecipue tamen in gymnasijs effici consueuisse, Galenus
sentire uidetur. Eae uero sunt τὸ διὰ χοινίυ ἀναῤῥιχᾶσθαι τὸ ἀκρο-

χειρι-

A χειρίζεσθαι, τὸ ἐκπλεθρίζειν, τὸ πυτιλίζειν idest, per funem adſcendere, manibus colluctari, ac plethriſſare, & pytiliſſare. Quomodo ſeſe per funes adſcendendo exercerent, ſine labore cognoſci poteſt ex hac, quae in ſculptis gemmis ueterum ſpectatur, deſcriptione. Vnde iure ſimilem exercitationem inter uehementes Galenum repoſuiſſe colligitur. nam funambulos, ſchenobatas a Martiale Satyra iij. uocatos, qui hoc tempore lucri gratia per orbem uagantur, etiam ueteres ad populum oblectandum adhibuiſſe, non modo ex praedicto icone recognoſcitur, uerumetiam Terentij in Hecyra locupletiſsimo hoc teſtimonio confirmatur: Ita ,,
populus ſtudio ſtupidus in funambulo animum occuparat. Fu- ,,
nambulis non admodum diſsimile fuit genus id ludi, quod apud Heſychium, & Pollucem σκαπέρδα uocatum inuenitur, in eo
B enim trabs ſolo depacta erigebatur in cuius ſummo foramen erat per quod funis traijciebatur ex una parte funiculi, alter auerſus circumlegabatur, alter ab altera trahebat, ſique trahens ſocium uſq. ad ſummum traxerat protinus uictor denunciabatur, ſin alter reſiſtens minime ſe trahi ſinebat, penes ipſum uictoria iudicabatur.




FVNABVLI
ΣΧΟΙΝΟΒΑΤΗΣ

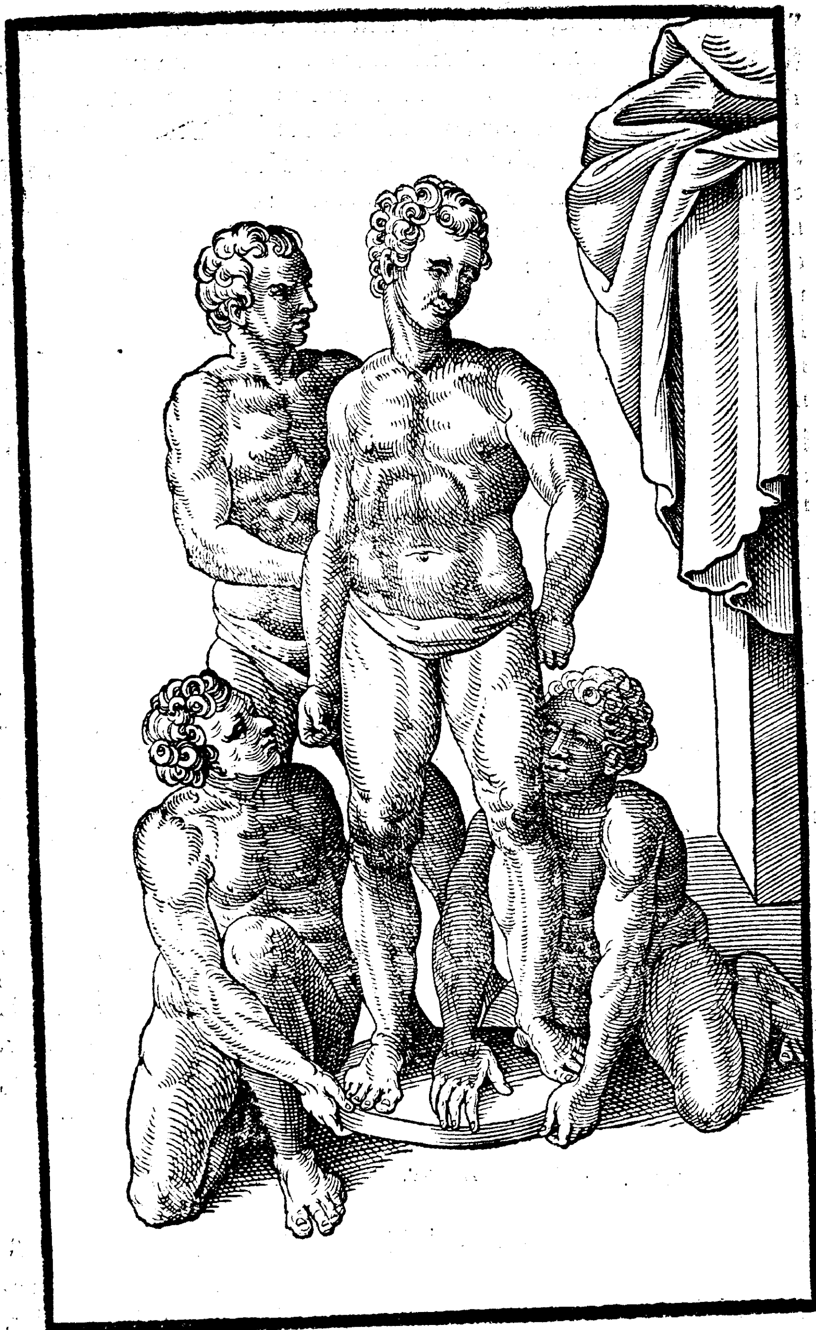
A ἀκροχειρίζεσθαι non defuerunt, qui luctae partem quandam fuisse putarint, quando scilicet luctatores primoribus tantum digitis insertis periculum roboris faciebant. Sed hos male sentire, unus Galenus fidem facit, qui in 2. de tu. valet. cap. 8. statim luctam ab acrochirismo disiungit. Erat igitur acrochirismus colluctatio quaedam summis tantum manibus facta, in qua nulla reliqui corporis pars ab ipsis digitis tangebatur, donec aduersarius deficeret, perdurans. Hac athletae perraro in publicis spectaculis contendebant, aliquando tamen eam ad usum reuocabant, si quidem apud Pausaniam legimus, Sostratum cognomine Pancratiastem in huiuscemodi certamine maximam laudem consecutum, & ob id ἀκροχειριστὴν quasi per excellentiam nominatum, cum aduersariorum summas manus tam fortiter apprehenderet, vt non prius eos dimitteret, 6. Eliac.
B quam elisis digitis dolore confectos intelligeret. Quicunque pariter militari gloriae inuigilabant, interdum ἀκροχειρίζεσθαι solebant, nimirum qui & brachia fortiora, & agiliora simili ratione effici sibi ipsis persuaderent. De Celtis refert Posidonius, quod in armis exercitati inter se acrochirismo certabant. Porro ualetudinis studiosos huic exercitationi operam nauasse, & Galenus, & Paullus Aegineta concorditer asserunt Hippocratem, siue Polybum secuti, qui in libris de diaeta acrochirismum varijs corporis affectionibus commendauit. Quid autem fuerit τὸ ἐκπλεθρίζειν, tam Galenus, quam Auicenna Arabum omnium doctissimus explanauit, dum vterque verbis plane ijsdem scripsit, ecplethrissare, fuisse, cum in plectro, idest in sexta parte stadij, quis prorsum, retrorsumque vicissim, idque saepe in utramque partem sine flexu cursitans 2. de tu. va. cap. lib. 2. li. 1. fen 3. doc. 2. c. 2.
C uno quoque cursu breue quiddam de spatio demebat, quoad denique in unico gressu constitisset, uel, ut dixit clarius Auicenna, donec in fine illius in medio stetisset. Ceterum πιτυλίζειν idem fuisse quod gesticulari, & crebro motu manus ciere, opinatus fuit Politianus, quem; alioquin eruditissimum toto caelo aberrasse, facillime ex Galeni, ac Auicennæ oratione conuincitur, a quibus pytilissare definitur fuisse, si quando summis pedibus quis ingrediens, uel stans, ut sentit Auicenna, tensas in sublime manus hanc antrorsum, illam retrorsum celerrime mouisset. qua exercitatione maxime ante parietem stantes uti solebant, quo si interdum aberrassent facile pariete apprehenso erigerentur. De hoc sermonem habuisse potest Plutarchus, cum dixit, Lycurgum olim proposito decreto illas exercitationes, quae manibus in altum sublatis efficiebantur, uetuisse, ne quis laborando consuesceret de- In Misc. In vita Lycurgi.

fatigari. de hoc item locutum esse Iuuenalem arbitratus Scaliger legebat. D

Sat. 11. *Qui Lacedemonium pitylismate lubricat orbem.*

Sed nos aliter superius legendum demonstrauimus. Praeter haec
2. d tu. ua. enumerantur aliae exercitationes a Galeno, veluti si cuipiam alter iussisset, vt se violenter detraheret, inflecteretque, dum ipse non manibus modo, verumetiam cruribus, spinaque constans, & non flexus resistebat: quo genere Milonem ipsum exercuisse se ferunt, dum alias conuellere se, mouereq. e disco inuncto, super quem erectus manebat, vt ex praesente pictura apparet.





uolenti permitteret, alias utique ſi manus exercitandas curabat, pugnum aperire iuberet, qui ſimiliter malum punicum aut tale quippiam manibus complexus auferendum cuiuis praebebat. quamuis enim haec potius ad roboris oſtenſionem efficerentur, nihilominus ad bonum corporis habitum firmandum cõferre credebatur, quẽadmodum item cum alterum quis medium cõplexus, aut etiã ipſe medio cõprehenſus manibus digitisq. pectinatim iunctis, aut quem cõplectebatur abſoluere ſeſe iubebat, aut ipſe ſe a cõplectente ſoluebat. Ita quoque ſi quis alterum, qui ipſum uerſus ſe inclinabat, a latere aggreſſus ilia manibus complexus, ſeu onus aliquod ſublatũ inuicem protendebat, reducebatq., ac magis ſi dum geſtabat ipſe, nutu renutuq. corporis uſus eſſet, exercitationem agere dicebatur, perinde ac illi, qui a ceruicibus pendentes deorſum trahebant, ac alij multi ab Auicenna relati, quos enarrare nolo; quoniam omnes ſimiles motus potius luctatorum uariae roboris iactationes, quã exercitationes per ſe ſeparatae erant. Quales item erant illae quae a Socrate in Platonis Theaeteto ſignificantur ſub his uerbis: κατὰ σμικρὸν γὰρ προϊόντες λελήθαμεν ἀμφοτέρων εἰς τὸ μέσον πεπτωκότες, καὶ ἂν μή πῃ ἀμυνόμενοι διαφύγωμεν, δίκην δώσομεν ὥσπερ οἱ ἐν ταῖς παλαίστραις διὰ γραμμῆς παίζοντες, ὅταν ὑπ᾽ ἀμφοτέρων ληφθέντες ἕλκωνται εἰς τὰ ἐναντία. i. Paullatim enim procedentes in medium amborum ignoranter cecidimus, & niſi aliquo modo noſmet ipſos defendentes euadamus, pœnas luemus, perinde atque illi, qui in palaeſtris in linea ludunt, quando ab utriſq. capti, in contraria diſtrahuntur. De his enim loquitur Iulius Pollux, quãdo deſcribens ludum diſtractorum haec verba habet: ἡ δὲ Διελκυστίνδα παίζεται μὲν ὡς ἐπὶ τὸ πολὺ ἐν ταῖς παλαίστραις. οὐ μὴν ἀλλὰ καὶ ἀλλαχόθι. δύο δὲ μοῖραι παίδων εἰσὶν ἕλκουσαι τοὺς ἑτέρους οἱ ἕτεροι, ἔστ᾽ ἂν καθ᾽ ἕνα μεταστήσονται, παρ᾽ αὐτοῖς οἱ κρατοῦντες. hoc eſt. Dielcyſtinda autem, plerumq. in palaeſtris luditur, ueruntamen etiam alibi. Duae autem ſunt puerorum partes, alij trahentes alio, ſiq. ad illam partem tranſmigrauerint, penes illam uiſtoria eſt.

De Spiritus cohibitione. *Cap. VI.*



PIRITVS etiam cohibitionem inter exercitationes, & praeſertim apotherapeuticas ab optimis gymnaſticis repoſitas fuiſſe, memoriae tradidit Galenus 3. de tu. ualet. lib. & ante ipſum Goelius Aurelianus inter medicos nõ infimus. Hanc uero tunc effici omnes docti ſciunt, quando cuncti

thoracis

A thoracis musculi, qui circa costas habentur, usque adeo intenduntur, coguntur que, ut expiratio uocata perfici nequeat: nam duae sunt, quae uniuersam spirationem complent, inspiratio scilicet, & exspiratio. Inspiratio ea est, quando aer ad temperandum cordis feruorem, spiritusque generandos in pectoris spatia trahitur. At exspiratio tunc agitur, cum fuligines in corde genitae per caua ipsius pectoris extra educuntur. unde cum per musculos thorax, ceteraque spirationi deseruientia instrumenta coarctantur, ita ut nec aer intus ingredi, nec fuliginosa recrementa exire queant, respirationem intercipi siue cohiberi dicimus. qua cohibitione tum gymnastae medicorum in primis, tum athletae exercitationis, & & auxilij loco non raro utebantur. Medici quidem uel medicorum gymnastae duplicem spirationis cohibitionem in usu habebant,
B alteram, in qua uniuersi thoracis musculi tendebantur, remissis, qui sunt in septo transuerso atque abdomine, ut facilius excrementa deorsum truderentur; alteram, in qua abdominis quoque musculi tenduntur, quo uidelicet ea, quae sub septo sunt, uiscera, exercitationis fructum sentirent. in ambabus uero fascias quasdam adhibebant, quibus thoracem, atque costas nec non uentrem cingentes felicius propositum assequebantur. Propositum autem habebant huiuscemodi exercitatione, modo calorem in exercitationibus acquisitum, siue ipsum natiuum auctum confirmare, modo spiritualia membra iuuare, modo excrementa pectoris expurgare; si quidem spiritus in tali inhibitione undique compulsus, dum in angustos se meatus recipere cogitur, eosque, si amplius trursus propulsusque fuerit, etiam penitus pertransire, extenuati iam excre-
C menti secum nonnihil arripit; quinimmo, quanto is ulterius per uim coactus impellitur, tanto magis ab ipso quaedam impelluntur, quaedam trahuntur. impelluntur quidem, quae ante occurrunt: attrahuntur, quae ad latus sunt posita, impetu ipso motu utraque coacta. ut nemo his rationibus pespectis mirari debeat, quod Erysimachus medicus in conuiuio Platonis ad curandum Aristophanis singultum spiritus cohibitionem in primis commendarit. quam postea Aristoteles non solum ob antedictas causas singultum exstinguere, uerumetiam partes corporis interiores calefacere, pluribus uerbis probauit. quod idem Galenus & asseuerauit, & clarissima oratione confirmauit. In hunc igitur modum, atque his de caussis a gymnasticis institutam spiritus cohibitionem, legitur, quos, ut melius res ipsis succederet, etiam hanc regulam obseruasse arbitror, nempe ut primo leuiter, ac breuiter, deinceps uehemen-

Prob. sect. 33.

3. de Sympto. causis

uehementius & diutius spirationem inflatis buccis contineri, imperarent; demum relaxari iuberent, ita namq. secundum praeceptum illud Hippocraticum omnia ἐκ προσαγωγῆς agenda, antiquos medicos uoluisse reperio. Athletae autem quamuis hoc exercitationis genere forsan non vterentur, nimirum quod nullibi ad gloriam, siue spectatorum oblectationem assequendam ipsis deseruiret, nihilominus eos inter ceteras obeundas exercitationes spiritus quoque retentione duabus de caussis usos credo, tum ut a lassitudine recrearentur, perspirabileque simul & purum ad subsequentes labores corpus redderetur, quemadmodum Galenus significasse uidetur; tum (quod rationi magis consentit) ut maius robur in impulsionibus, compressionibus, saltibus, atq. similibus ex spiritu retento compararent. in his enim omnibus agendis maiores quodã modo uires effici, si spiritus detineatur, quotidie declarant onera gestantes, nec non ceteri omnes grauiores operarij, quos, ut maximos labores facilius sustinere queant, spirationem cohibere cernimus, quasi ex tali retentione spiritus intus aucti, & robur crescere faciant, & impetus efficaciores reddant. Accedit his, quod, sicuti dicebat Aristoteles, retentus spiritus uenas implet, itaque humores exire, difflariue non patitur: vnde postea retentis illis neque laborantes sudoribus diffluunt, delassanturue, neque uis, quam in humoribus, spiritibus, & membris solidis consistere medici omnes fatẽtur, ulla ex parte flacessere, aut diminui solet. Scribit Plutarchus in libro de praeceptis sanitatis, consueuisse aliptas, dum athletas fricabant, ipsis iubere, ut spiritum interciperent, sicque fricationibus contra niterentur, quasi ita partes corporis inunctas, & contrectatas distenderent. quo in loco apud graecos cum legatur τηροῦντας, τείνοντας, legendum esse, omnis ratio ꝑsuadet: etsi bonus. Erasmus diligens nimis interpres hoc non viderit. Ex quibus omnibus clarum efficitur, athleticam gymnasticam non parum ex spiritus retẽtione adiumenti capere consueuisse, quemadmodum medicinae gymnasticos eandem quam plurimum aestimasse (ni fallor) abunde probatum est. Immo vero etiam athletas ostentationis, & spectatorum voluptatis gratia in spiritus retentione se quãdoque exercuisse. inde conijcere licet, quod Milonem illum capite, & praesertim fronte ac etiam costis & pectore robustis vittis ligato tamdiu spiritũ retinuisse legimus, quousq. prae impetu intumescentes venae ligamina illa discinderent. id quod satis confirmare possunt imagines, quas Ligorius inter aenea Illustrissimi Ferrariae Principis summi bonorum patroni signa se inuenisse, atq; ab eis hasce.

3. de tu. va. cap. 2.

2. partic. prob. 1.

D E F



propria manu expreſsiſſe nobis ſignificauit. In ipſis namq. videre D
licet faſcias pectori, & coſtis vt meminit Galenus circumuolutas, tum ventres atque ſcrotam (ſicut fit in ualidis ſpiritus retentionibus) magnopere inflata: cur uero ſint raſo capite, ſolis quibuſdam in ſummo uertice capillis apparentibus, ſimulque halterem e brachio ſiniſtro pendentem gerant, puto quod & ſerui eſſent, & halteribus quoq. ualerent, qui ueluti in ſpiritu retinendo celebres ab artifice repraeſentati fuerunt. etenim ſeruos apud multas nationes caput raſiſſe legimus, quemadmodum & Dacas ſeruitijs nobiles toto capite raſo, atque cirro tantum in ſummo uertice relicto incedere conſueuiſſe, memoriae proditum eſt.

De Vociferatione, & riſu. *Cap. VII.*

E



NTER ceteros, quos plurimos, atque neceſſarios in humana uita uſus habet ſpiratio, non infimum locum obtinuit uociferatio. quae cum nil aliud ſit, quam aeris uehemens percuſsio, tam materiam, quam effectorem, & formam, uel a reſpiratione ſola, uel ſaltem non abſque ipſa ſuppeditari, Ariſtoteles, & Galenus praeclariſsimis in id editis commentarijs probarunt. & iccirco non ab re futurum eſſe duxi, ſi, poſtquam de ſpiritus retentione uerba feci, ſtatim uociferationis tractationem ſubiungerem. Neque enim ab hac me remouere debuit, quod Galenus medicorum princeps aut nulla, aut quam paucisſima de uociferatione ſcriptis tradiderit, quaſique eam inter exercitationes numerari debere non cenſuerit: quandoquidem Antyllus apud Oribaſium medicus celebratiſsimus non modo eam exercitationem eſſe uoluit, uerumetiam cum ad morborum diuerſorum curationem, tum ad uocis ipſius cultum ualde aeſtimatã fuiſſe ſcripſit. quemadmodum item Aetius Amidenus, & Auicenna Arabs uno ore poſterioribus ſaeculis comprobarunt. Numquid uero athleticae profeſſores, aut militaris diſciplinae ſtudioſi hoc exercitationis genus in uſu haberent, & ſi apud nullum auctorem notatum aduerterim: perſuaſum tamen mihi eſt, neutros horum uociferationem tamquam propriae ipſorum profeſsioni aut conuenientem aut ſaltem neceſſariam exercuiſſe. Quod ſi dicat quis, & athletas in certaminibus, & milites in pugnis conſerendis clamoribus non ſine utilitate uſos, quando Caeſar haud fruſtra antiquitus inſtitutum fuiſſe ſcribit, ut in bello committendo ſigna undique concinerent, clamoremque uniuerſi tollerent, quibus rebus F

lib.i.ſer.3. cap.5.
li.1. fen.3. doc.2. c 2.
3. de bello ciuili.

bus

A bus & hostes terreri, & suos incitari existimauerũt: propter hoc minime sequitur, uociferationis exercitationem, de qua nos agimus, militari disciplinae addiscendae cõferre. Duo solum hominũ genera uocis exercitationi sedulo operam dedisse reperio, histrionicae uidelicet professores, & medicorũ gymnasticos. Histrionicã enim profitentes, sub quibus praecones, choristas, tragoediarum, & aliarum fabularum similiũ recitatores, nec non uocibus certantes collocо, uociferationibus exerceri solitos, locupletissimus testis est Plato in Ione, & Aristoteles in problematum libris, in quibus legitur, Phrynici, nec non etiam antiquioribus tẽporibus tragoedias, comoedias, dithyrambos, atque leges ipsas cantu recitari cõsueuisse. ob qđ uocis exercitatio tantae existimationis fuit, ut, sicuti de athletica monstrauimus, publicae uociferationis certamina a Coelio Au B reliano sub modulationis agonisticae nomine intellecta propositis uictori praemijs instituerentur. quem morem usque ad Galeni tẽpora perdurasse, ex eo conijcere possumus, quod 7. de medicamẽtorum composi. secundum locos lib. multa medicamenta recenset, quibus antiqui medici in ijs, qui uoce contendere debebant, tum ante, tum post certamen utebantur. ubi similiter narrat, tempore suo phonascos omnes, citharaedos, s. praecones, nec non tragoediã, ac comoediam personatos repraesentantes, qui magno uocis exercitio utebantur, si quando uocem contendendo oblaesissent, balneis multis, & cibis leuibus, atque laxantibus uti solitos. Ex quibus uerbis cuiuis intelligere licet, non modo histrionicae professores uoce & cantu (quod dixit Plato) simpliciter in recitandis drammatibus, rhapsodijs, alijsue imitationibus suis, uerum etiam alta uoce usos, C atq. ijs interdum uniformibus, interdũ uarijs, & mutatis, ueluti in tragoedia ad maeroris calamitatisq. magnitudinem augendam factum olim, scribit Aristoteles. Quare mirari debet nemo, quod Cornelius Celsus memoriae prodiderit, apud nonnullos morem fuisse, uocis gratia adolescentulos infibulare; quandoquidem illi, qui histrionicae operam nauare sibi proposuerant, cum opus magna uoce haberent, ad euitandam uenerem, a qua summopere illa labefactatur, infibulatione non parum iuuabantur, & ideo ipsa in tam frequenti usu recepta erat, ut omnes fere comoedi, alijsue histriones infibularentur. quemadmodum Martialis attestari uidetur his uersibus, in quibus de duobus histrionibus uerba facit.

11. & 19. partic. — lib. 5. chro. cap. ult. — In Ione. — 19 partic. prob. — li 7. c. 25. — Lib. 7.

Menophili penem tam grandis fibula uestit,
Vt sit Comoedijs omnibus una satis. & alibi:
Dum ludit media populo spectante palaestra,

Heu

Heu cecidit misero fibula, verpus erat. D

& quemadmodum Iuuenalis insinuat ubi scribit.

Sat. 6. *Soluitur his magno Comoedi fibula.* &

Si gaudet cantu nullius fibula durat

Vocem uendentis praetoribus.

Satis itaq. constat, uociferationis exercitium maiorum nostrorum tẽporibus in usu exstitisse histrionibus, magistrosq. phonascos, sicuti artẽ phonasciam a Theophrasto fuisse appellatã. Sed ubi nam locorum perageretur, & cur institutum foret, quid apud probatos auctores legerim, in medium afferam. De loco certum est, tam Graecos, quam Romanos locum secundũ Pausaniã imagine theatri constructum habuisse, in quẽ deferebantur poemata, priusquã in theatro agerentur, & ex quo certamina musica spectabantur, ᾠδεῖον a Graecis, a Latinis ipsis odeum uocatũ, in hoc uocis exercitationes, atq. certamina praedicta effici consueuisse existimo, quando Suetonius Tranquillus Neronẽ, musicũ certamen instituisse, Domitianumq. odeum, ubi praeter citharaedos, citharistae, atq. psallocitharistae certarent, excitauisse scribit. quamquam alibi quoque & praesertim in gymnasiorũ exedris, in quibus philosophos, & rethores disputare solitos accepimus, ueteres uociferationibus certasse, se, ipsosq. exercuisse suspicor, cũ ad formandas excollendasque uoces, alios in concauis locis, alios prope maris liuora, ut de Demosthene fertur, uociferari, legere, & cantare consueuisse, legamus, quẽ Demosthenem cum lingua ob spiritus imbecillitatẽ haesitaret Neoptolemo histrioni decẽ millia drachmarum numerasse, ut cũ uno spiritu uersuum periodos proferre faceret auctor est Plutarchus in decẽ oratoribus. Porro finis, cuius gratia huiuscemodi exercitationes ueteres in usum prouexerint, multiplex fuit, sicut a Platone, Aristotele, ac Plutarcho intelligere possumus: nam uociferationibus exercebantur uel ut in choris, in Sophistarum ac aliorum ad hoc institutis certaminibus, in dithyrambis τοὺς ἀντιστρόφους siue aduersarios superarent, uel ut in scena & theatro quisque munere suo cum laude fungeretur. Ceterum an eodem tempore uociferationis exercitatatio, & ad histrionicum, & ad medicum usum tracta fuerit, haud quaquam certo scio. sed cum animaduerterim, Cornelium Celsum inter exercitationes imbecilli stomacho conferentes claram lectionem cõmendasse, similiter & Coeliũ Aurelianum antiquum inter latinos medicum in dolore capitis uocis exercitiũ anaphonesin a Graecis uocatum probasse, nec non in uocis amputatione, & alijs morbis exercitium idem adhibito praeceptorẽ administrandum

[Margin notes: lib. 1. Atti. — In Prot. In lib. de tuen. san. In xix. partic. prob. — Lib. 1. c 8. lib. 1. chro. c. 1. & lib. 2 cap. 6.]

E F

A ſtrandum conſuluiſſe, ad credendũ adducor, aetate illa uocis exercitationem in medicorum gymnaſtica locum habuiſſe, atque ipſos gymnaſtas uocem exercendi, modos tempora & regulas calluiſſe: tametſi poſtea Plutarchi atq. Antylli tẽporibus ipſa maius incremẽtum ſuſceperit, nempe quando pluribus iam experimentis comprobatum erat, exercitationẽ uocis rite initam non modo ad uocis conſeruationem, & ad aliquorum morborum curationem, ſed etiam (quod ait Plutarchus) ad tuendam bonam ualetudinẽ, & ad corporis robur uerum efficaciſsimam eſſe, utpote quae thoracem, ac uocalia inſtrumenta perbelle exerceat, naturalem calorẽ excitet, partibusq. maxime uitalibus, & principaliſsimis uim internam, uigoremque firmum, & genuinum inſerat. ob quae fortaſſe refert Galenus, Theſſalum illũ, aetate Neronis, ut ſcribit Plinius, magna in exi B ſtimatione habitum & a ſe ipſo iatronicem appellatum, eam etiam curandis malignis ulceribus adhibuiſſe. Modus autem, quo huiuſcemodi exercitatio peragebatur, talis a Coelio Aureliano in cap. de furore proditur, quod principia leni uoce promebantur, narratio uero, & demõſtrationes extenta, atq. maiore, tum epilogus demiſſa, & indulgenti; quem uero Antyllus indicauit, erat, quod, cũ aluus deiecerat, primo leniter fricabantur, ac praecipue inferiores partes, faciesq. ſpõgia aut madefiebat, aut abluebatur, deinde prius ſenſim, ac per interualla mediocria loqui incipiebant, nonnumquã prius deambulabant, poſt uero ad uociferationem accedebant, in qua doctrinae expertes ea dicebant, quorum meminerant, quaeuę clara & multas habere lenitatis & aſperitatis mutationes habere uidebantur. ſin autem uerſus ſciebant, iambicos dicebant, & tertius C locus Elegiae dabatur, quartus modulis, & numeris, atque in his omnibus praeſtãtius iudicabatur memoria recitare, quã legere, &, ut admonuit Plutarchus, mediocribus potius, quã nimis commotis uociferationibus, & iurgioſis clamoribus uti: in primis uociferabantur, uocẽ quam grauiſsimis fieri ſonis poterat, producendo, tum ad acutiſsimos eam redigendo: deinde cum non multũ in acuto ſono permanſum foret, retro uiciſsim reflectebant, paullatim uocem diminuendo, donec ad grauiſsimam, a qua ductum initiũ erat, reuerterentur: atq. hunc in modum tota uocis exercitatio abſoluebatur, adhibita interim ratione uiriũ, alacritatis, conſuetudinis, & deniq. aliorũ, de quibus Plutarchus in libro, quẽ de conſeruanda ualetudine inſcripſit, copioſe diſſeruit. ea autem omnia agebant tam accumbentes, quã ſedentes, aut ſtantes: ut hac ratione loca ampla huiuſcemodi exercitationi minime neceſſaria iudicauerit Socrates. Ad hoc

In lib. de tu. ual.

4. Meth.

lib. 29. c. 1.

In lib. de tu. ual.

pertinet

pertinet & illud, quod a Plinio lib. xxxiv. cap. xviii. relatum est, D
Neronem Principem lamina pectori imposita sub ea cantica exclamantem alendis uocibus demonstrasse rationem. Et quoniam diximus, in hoc exercitationis genere, quartum locum numeros, & modulos obtinuisse, merito quis a nobis sciscitari posset, qua ratione illud factum credamus, cum Plato compluribus in locis diuersam & paene contrariam gymnasticae musicam effecerit, quod altera animum, altera corpus respiciat. Cui respondendum esse iudico, musicam prout ex rythmis, melodijs, harmonijsque composita est, omnino a gymnastica separari, quia sic animorũ solatio atque iucunditati solummodo studet, moresq. hominum aliquo pacto componere apta est: ob quod eam Plato & Aristoteles in optimis rebus publicis pueris addiscendam statuerunt. Quatenus uero musica ipsa uoce utitur, & modo graues, modo acutos, modo medios sonos, E
qui nõ sine aliquo corporis labore eduntur, admittit, in gymnastica eam locũ obtinere perspicuum fit. cuius rei illa assignari ratio potest, quod musica tota ordinatis uocis motibus plena exsistit, qui secundum Aristotelis sententiam naturam uiresq. nostras & augent, & seruant. ut hac de causa nemo infitiari debeat, quin musica, perinde ac uociferatio gymnasticae, medicorum exercitatio quaedam reputetur, quando id Coelius Aurelianus medicus saepe testatum fecit, & praecipue dum in furore, atque in catarrho, uocisue abscissione curandis modo uocis exercitium musico monitore compositum, modo anaphonesim adhibito praeceptore, & temporum ordine seruato, modo eandem sub magisterio aliptae, uel musici praecipientis ineundam praecipit. Ad haec gemitus quoque inter gymnasticas uocis exercitationes recenseri debere censeo, nempe qui ul- F
tra clamores, atq. ululatus, quos fere semper sibi associatos gerunt, lacrymas quoque eliciendo excrementa capitis aliarum multarum exercitationum instar exinanire possunt. Et iccirco Aristoteles iure eos improbandos esse uoluit, qui pueris lege ploratus prohibent: ita enim ab ipso scriptum inuenitur: τὰς δὲ διατάσεις τῶν

19. partic. Prob. 38. (beside "cundum Aristotelis sententiam … & seruant.")

lib. chron. cap. 5. & li. 2. c. 6. & 13 (beside "reputetur … sione curandis")

7. Polit. cap. ult. (beside "exercitationum instar … iure eos improbandos")

" παίδων, καὶ κλαυθμοὺς, οὐκ ὀρθῶς ἀπαγορεύουσιν οἱ κωλύοντες ἐν
" τοῖς νόμοις. συμφέρουσι γὰρ πρὸς αὔξησιν, γίνεται γὰρ τρόπον τινὰ
" γυμνασία τοῖς σώμασιν, ἡ γὰρ τοῦ πνεύματος κάθεξις, ποιεῖ τὴν
" ἰσχὺν τοῖς πονοῦσιν, ὃ συμβαίνει καὶ τοῖς παιδίοις διατεινομένοις. id est: Puerorum uero distensiones atq. ploratus, qui in legibus prohibent, haud recte faciunt, cõferunt enim ad incrementũ, cum sint quodammodo exercitationes corporum, spiritus nanque cohibitio laborantibus robur parit, quod etiam pueris inter plorandum distensis

A ſtenſis contingit. Ex quibus plane patet Ariſtotelem ploratum & exercitationem, & utilem exercitationem cenſere. Nam & Cicero athletas inter exercendum ingemiſcere conſueuiſſe memoriae mãdauit, quaſi illud ad augendas actionum vires non parum adiuuaret. Riſum pariter ſi quis inter uocis exercitationes adnumeret, minime iudicio meo alucinabitur, quod (ſiue is titillatio praecordiorum exſiſtat, quemadmodum Ariſtoteles ſenſit, ſiue, vt eſt apud Meletium, motio quae in facie exſiſtentes muſculos diſtendat, ſiue muſcularis dilatamenti motus, qui a ſpiritus agitatione ab intimis viſceribus impellitur, ſiue quid aliud ſenſum atque intellectum humanum latens) proculdubio illum corpora noſtra agitare, & non parum exercere apparet. Quis enim non videt hominibus, dum rident, tota uiſcera commoueri, igneſcere faciem, caput & pectus concuti? innumeriſque fere affectionibus eorum ſtatum affici, quae B ſicuti nonnullis aliquando magna detrimenta, aliquando mortem attulerunt, ita quoque alios non parum iuuerunt, vt falſum dixiſſe apud Xenophontem Aglaitadem illum ferme conſtet, qui riſum mouentes neque ridentium animis, neque corporibus prodeſſe credidit.

2. Tuſc. q.

2. de part. animaliũ. & 35. part. prob. 6. In lib. de nat. hom.

In Paed. Cyri.

De Cricilaſia, Troco, Petauro, & Pilamalleo. Cap. IIX.



SI ea omnia, quae antiquis temporibus vſitata, ac, vt ſic dicam, peruulgata erant, aut ad nos per manus tradita, ſicut de anatomica arte narrat Galenus, perueniſſent, aut ab auctoribus ſcriptis mandata non interiiſſent, multos profecto labores, quos homines quotidie in obſcuris, ac anti- C quatis rebus ad lucem reuocandis ſuſtinent, citra vllam iacturam effugiſſent. ſed quoniam alia temporis diuturnitate, aſperitateque obſoleuerunt, alia difficili obſcuritate deprauata ſunt, alia ſcriptorum interitu defecerunt, alia communi quadam ſaeculorum negligentia numquam proprium nitorem recuperarunt, hinc factum eſt, vt in dies cogantur homines obſoleta renouare, deprauata reformare, abolita reficere, tandemque neglectis & deturpatis ſplendorem reſtituere, nec non in tanta obſcuritate coacti, ſomniantes quandoque a veritate procul aberrare. inter quos cum ego quoque ſimilem prouinciam ſuſceperim, qui artem gymnaſticam olim in magno pretio habitam, nunc penitus obſcuratam, & emortuam ad lucem reducere ſtudeo, mihi tanto maiore excuſatione dignus videor, quanto pauciores, aut fere nulli ſcriptores ſuperſunt,

2. de anat. admini. in princ.

a quibus institutum meum dirigi queat, ne sileam plurima exercitationum genera, quae quod temporibus nostris desueuerint, ueterumq. peragendi eas ratio non habeatur, quomodo fierent, qualesue essent, diuinandum est potius, quam certi quidquam affirmandum. Quemadmodum de Cricilasia atque trocho contingit. Nam *κρικηλασίας*, quae circuli impulsum latine sonat, modum atque figuram tametsi Oribasius ex Antyllo explicasse uideatur, tamen res ipsa usque adeo tenebris inuoluta est, ut perarduum omnino cuiuis erudito fiat, talis exercitationis formam & condiciones dignoscere. Sed ne quis nos uel crassae ignorantiae, uel temeritatis, uel timiditatis, uel arrogantiae crimine iuste notare queat, ipsius Oribasij uerba graeca ex Vaticano codice descripta in medium adducam, quae ita in libro Collectaneorum. 6. ad Iulianum leguntur. D

cap. 26. *Ἐλάσσονα δὲ ἐχέτω ὁ κρίκος τὸν διάμετρον τοῦ μήκους, τοῦ ἀνθρώ-* E
" *που, ὥστε τὸ ὕψος αὐτοῦ μέχρι τῶν μαστῶν ἐξικνεῖσθαι, ἐλαύνεσθαι δὲ μὴ*
" *κατὰ μῆκος, ἀλλὰ κατὰ πεπλανημένον, ἔσω δὲ ὁ ἐλατὴρ σιδηροῦς ξύ-*
" *λινον ἔχων τὴν λαβὴν, τοὺς μέντοι λεπτοὺς κρίκους τοὺς περικειμένους τῷ*
" *τροχῷ ᾠήθησάν τινες εἶναι περιττοὺς, τὸ δὲ οὐχ οὕτως ἔχει ἀλλ' ὁ ψό-*
" *φος ὁ γινόμενος ἐξ αὐτῶν διάχυσιν ἐργάζεται, καὶ ἡδονὴν τῇ ψυχῇ,*
" idest, Habeat uero circulus diametrũ hominis longitudine minorem, ita ut ipsius altitudo usq. ad mammas pertingat, neq. secundũ longitudinẽ, sed in trãsuersum impellatur, si autẽ impulsor ferreus ligneam ansam habens. Nonnulli tenues anulos rotae circumpositos superuacaneos esse putarũt: at hoc minime ita se habet, quinimmo sonus ab ipsis genitus relaxationẽ, atque uoluptatem animo parit. Ex quibus uerbis clare patet, in hac exercitatione homines circulum quendam magnum, cuius circumferentiae anuli parui infixi erant, quadam ferrea uirga ansam habente in transuersum latus impellere consueuisse, a quo ducta metaphora M. Cicero ij. epist. ad Atti. ix. scripsit. festiue mihi crede, & minore sonitu quam putaram orbis hic in repub. est conuersus, sed cum hac aetate in usu non habeatur, possumus sane aliquid diuinare, at eius formam & condiciones penitus cognoscere minime licet. quod enim trochus graecus fuerit, de quo Horatius lib. 3. carminum: F

Seu Graeco iubeas trocho,

fieri quidem potest, at ob hoc nil amplius certi habebitur, cum & ille aeque sit nobis ignotus. Quod item petaurum fuerit, aliquis fortasse in animum induxerit suum; uerumtamen rem secus se habere facillime perspiciet, dum scire uelit, id machinam quandam ligneam fuisse, qua homines rotis quibusdam in aerem iactabantur,

ut,

A ut, praeter nominis illud indicantis uim, testatus est tum Lucilius, cum dixit, Sicuti mechanici cum alto exiluere Petauro, tum etiam Iuuenalis Saty. 14. hoc uersu.

An magis oblectant animum iactat a petauro
Corpora, quiq. solent rectum descendere funem

& Martialis libro II.

Quam rota transmisso toties impacta petauro,

unde genus hoc exercitationis delectabilis minime Cricilasiae assimilari patet. quamquam credo petauro ualde similem esse iactationem illam, quae hodie apud multas puellas & pueros efficitur assere funibus quattuor ad laquearia suspenso, & ibi sedentibus pueris, aut puellis ueluti per aerem iactatis. quod genus sub oscellarum appellatione a ueteribus significatum puto: atq. id forsan est, cuius B meminit Auicennas prima quarti tract. ij. cap. xiij. ubi ad coercendum sudorem laudat, ut aeger ponatur super instrumentum, quo pueri, uel iuuenes solent in aere concuti. etenim Aelius Stilo apud Festum ait, petauristas dici proprie Graece, quod ij πρὸς ἀέρα, uel πρὸς αὔρας πέτονται, siue, quod ad aerem, uel ad auras uolent. quod exercitationis genus etiam in ludis gymnicis usurpatum fuisse apud Thracas, Aegyptios, aliosque populos ex historijs unicuique perspectum esse potest. Nec minus istud indicant Augusti, atque Tiberij Caesarum nummi, in quibus hunc in modum oscellarum ludus repraesentatur.




OSCELLAE VEL PETAVRV̄

A Qui licet ab hodiernis oscellis diuersus sit quo ad modum, nihilominus re ipsa nequaquam distare facile perspicitur; quod in aere uideatur non secus lusores quassari solitos fuisse, atq. nunc agunt, qui similiter exercentur. Neque forsan prorsus absonum est raptorium illud machinamentum a Coelio Aureliano macron sparton uocatum uel ipsummet petaurum, uel saltem non ei dissimile fuisse. Iam uero si quid apud Latinos auctores legitur, quod cricilasiae aequiparari queat, id profecto est trochus, quem Martialis ita pluribus in locis descripsit. 5.chron. cap.ult.

Inducenda rota est, das nobis vtile munus, lib. 14.
Iste trochus pueris, at mihi cantus erit. &
Garrulus in laxo cur anulus orbe vagatur. ibidem.
Cedat at argutis obuia turba trochis. &
B *Lydia tam laxa est, equitis quam culus aheni,* lib. 11.
Quam celer arguto qui sonat aere trochus.

in trocho namq. primo erat circulus, & in circulo anulus, qui sono spectatoribus uoluptatem afferebat, aderat & impulsor cum ansa a Propertio clauis uocatus, ubi dixit,

Increpat & versi clauis adunca trochi. lib. 3.

quae omnia Antyllus in cricilasia sua appositissime depinxit, nisi quod Antyllus circulo tenues anulos, non anulum circumpositos tradit, praeterea Cricilasiam uirorum exercitationem effecit. Martialis autem puerilem quendam ludum trochum fuisse significauit. Quibus duabus postremis rationibus adductus in eam sententiam uenio, quod Cricilasia exercitatio aliquo pacto diuersa a trocho Latinorum exstiterit; propter hoc tamē quid trochus foret, mi-C nime quidquam affirmare audeo, licet certo teneam, illud genus turbinis, quem loro baculo alligato emissum pueri in orbem rotare faciunt, & deinde plagis rotatum impellunt certatim, quemue Graeci βέμβικα nuncupant, ut ex hoc antiquo Epigrammate.

Οἱ δ᾽ ἄρ ὑπὸ σκυτάλαις θοὰς βέμβικας ἔχοντες
Ἔστρεφον εὐρείῃ παῖδες ἐνὶ τριόδῳ. idest:
At pueri scytalis ludentes turbine acuto
Vertebant lato quisq. suum in triuio.

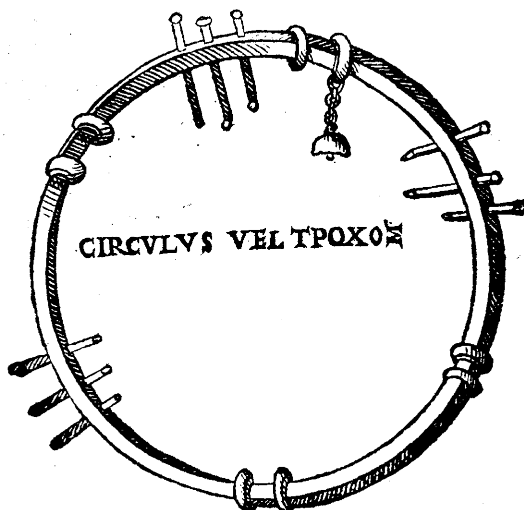
Et quem appositissime descripsit Virgilius his uersibus 7. Aeneid.

Ceu quondam torto uolitans sub uerbere turbo,
Quem pueri magno in gyro vacua atria circum
Intenti ludo exercent, ille actus habena
Curuatis fertur spatijs, stupet inscia turba,
Impubisq. manus mirata uolubile buxum

Dant animos plagae, D

minime trochum esse, ut uoluerunt nonnulli, sicuti & exercitatio illa, quae hodie supra ligneas tabulas pannis contectas una cum ligneis pilis efficitur, & truchus nuncupatur, trochi antiquorum apud me similitudinem paruã gerit. Nam trochus primo in publicis gymnasijs, alijsue locis peragebatur. Secundo is anulum seu anulos habebat strepitum edentes, ut homines per uiam ambulantes sonitu audito longius ab incursu trochi cauerent. Postremo ex aere conflabatur, atque clauem aduncam habebat. quae omnia nec separatim, nec simul in turbine, seu trucho nostris reperiri sensus ipse docet. ut merito credere debeamus, ab his longe diuersum antiquorum trochum exstitisse, quem (ut ego puto) apprime repraesentat haec figura,

E



F

a Ligorio ad nos missa, quam se ex forma in uetustissimo, atq. amplissimo cuiusdam Comici uel Satyrici poetae monumẽto expressa in uia Tiburtina prope Romam accepisse retulit. nisi quod praeter anulos dentes quosdam circulo infixos & mobiles monstrat. quos ad strepitum maiorem edendum appositos fuisse uero consonat. Trochum autem cum Horatius inter exercitationes connumeret in arte poetica,

Indoctusq. pilae, discive, trochiue quiescit,
Ne spissae risum tollant impune coronae:

Cumq. Propertius inter gymnasiorum exercitationes recenseat:

pro-

A proculdubio ad gymnasticam aliquam pertinuisse, consentaneum rationi uidetur. & ob id cum neque militari, neque athleticae iure attribui queat, superest medicinae gymnasticae exercitationem fuisse, & illius praesertim, quae pueris exercendis operam nauabat. His dissimilem formam habet exercitationis illud genus, quod, non multis ab'hinc annis in Regno Neapolitano inuentum, hodieq. in uniuersa fere Europa usitatum, apud Italos Pilam & malleum uocant. in hoc etenim primo brachia, & dorsum exercentur, quando malleis ligneis pilam ligneam longe pellere coguntur: demum ex ambulatione, quae tali exercitationi perpetuo associatur, ea commoda fere trahuntur, quae ambulantes homines percipiunt. ut his rationibus, licet antiquum non sit, minime contemni mereatur. quamquam aliquis antiquos etiam hac exercitatione non caruisse forsan contendat, cum apud Auicennam in- loc. citatis.
B ter ceteras exercitationes unum nominetur, quod uirgis retortis dictis alsulegian cum pila magna aut parua lignea efficiebatur, quas condiciones apprime nostra pilamalleo conuenire unusquisque uidet, nisi alias tacuerit Auicenna, quod suo tempore notissimae essent.

De Equitatione. *Cap. IX.*



HACTENVS eas exercitationes prosecuti sumus, quas homines a seipsis citra alterius rei adiumentum obibant. Superest de ijs modo sermonem habere, in quibus homines quidē sponte, & quodā modo libere mouebantur, at eorum motus alterius mouentis ope perficiebantur.
C quod enim Galenus istis duobus addidit genus exercitationis a me- 3. de tu ua.
dicamentis factum, minime ad institutum nostrum pertinet: ideo illud semper dimissum hac ratione intelligatur. Inter haec postrema primum locum iure sibi uindicat equitatio a Graecis medicis ἱππασία uocata, nempe quae ceteris dignior sit, & liberum hominem, ut scipsit in Lachete Plato, maxime deceat, necnon utriusque exercitationis naturam, illius scilicet, quae a nobis ipsis, & illius quae ab alijs in nobis peragitur, secundum Galeni sententiam sapiat. Equitationis primum inuentorem Bellorophontem exstitisse, auctor est Plinius. post Bellorophontē Thessali ob id Centau- lib. 7. c. 56.
ri nuncupati equitatione in bellis uti coeperunt, quae paullatim usq. adeo creuit, ut Hippocratis tēpore omnes fere Scythae equis uehererentur. qui cum ob assiduas equitationes coxarum doloribus lib. de aere aquis & locis.

cruciarentur, per uenarum post aures incisionem ab illis curati, ad D
coitum ualde impotentes euadebant; quamquam multi erant infecunditatem eam a Dijs proficisci suspicantes, quos Hippocrates redarguit, quod diuites semper Dijs amici, pauperes uero minime
1.Rheto. sint, (ut etiam Aristoteles id ab Hippocrate mutuatus confirmauit,) & propterea aequum fuisse potius inopes, quam opulentos eo uitio corripi, cuius tamen contrarium eueniebat. Post Hippocratis tempora equitatio semper, quemadmodum in Hippia a Platone traditur, in maxima existimatione habita fuit, & iccirco omnes gymnasticae species eam inter reliquas suas exercitationes receperunt. Nam quod in circis & ludis maiores nostri equitationis certamina adhiberent, praeter Olympicos ludos, in quos uicesima quincta Olympiade equorum cursus certamen inductum tradunt; testatum facere possunt quattuor illae Romanae factiones, E
Albati scilicet, Russati, Veneti, & Prasini, quae tum in circis, tum in ludis, ac alijs equestribus certaminibus adhibitis equis siue ad equitationem, siue aurigationem semper certabant, tantumq. studium
7.Metho. equis optimis eligendis, ac parandis exhibebant, ut Galenus dixerit, Venetae, ac Prasinae factionis homines etiam stercora equorum odorare solitos, quo ex illis animalium habitus atq. temperaturas internoscere, & cognitis inde melioribus uti ualerent, si quidem harum factionum contentiones potiundi uictoria caussa tales erant, quae nec ullis sumptibus, nec ullis laboribus ac studijs parcere quemquam permitterent: eo magis quod tota urbs quasi quadripartita erat, alijs uni, alijs alteri factioni fauentibus, nec ulla pars ciuitatis reperiebatur, aut ullus hominum conuentus, in quibus certaminum tempore de huiuscemodi factionibus aut studio- F
sissime non disceptaretur, aut saltem sermo non haberetur, quemadmodum ex Plinij sexta noni libri Epistola, atq. his Martialis uersibus quisque coniectura assequi potest.

lib. 11. *Saepius ad palmam Prasinus post fata Neronis*
Peruenit, & uictor praemia plura refert,
I nunc liuor edax, dic tu cessisse Neroni.
Vicit nimirum non Nero, sed Prasinus,
De Prasino conuiua meus, Venetoq. loquetur.
Nec facient quemquam pocula nostra reum.

quamquam Iuuenalis maiorem Romanae ciuitatis partem Prasinae factioni fuisse tempore suo, quando Martialis quoq. floruit, testari uideatur his uersibus.

Totam hodie Romam Circus capit, & fragor aurem

Per-

A *Percutit, euentum viridis quo colligo panni.*
Nam si deficeret, maestam, attonitamq. videres
Hanc vrbem, veluti Cannarum in puluere victis
Consulibus.

Has uero in fauendo diuersis factionibus hominum acerrimas contentiones inde ortas semper existimaui, quoniam Romanorum quorumlibet uestimenta quattuor dumtaxat coloribus texebantur uel rubeo, uel albo, uel uiridi, uel ueneto, sed praecipue rubeo magis fusco, ut Martialis hisce uersibus indicat, de Canusina lana rubea fusca sermonem habens,

Roma magis fuscis vestitur, Gallia rufis, lib. 14.
Et placet hic pueris, militibusq. color.

& ob hoc quicumq. ei factioni fauere cogebatur, quae sibi similem B colorem profitebatur. Etsi huic sententiae reclamare uideantur ea Ouidij uerba.

Cuius equi venient, facito studiose requiras, 1. de arte amandi.
Nec mora, quisquis erit, cui fauet illa, faue.

Sed de equitatione ludorum, & spectaculorum, quam & athleticā uocare licet, plura non dicam: quoniam eruditissimus Panuinus luculentissime simul, & copiosissime in libris de ludis, quos iam edere parat, uniuersam hanc materiam pertractauit. Ad bellicam gymnasticam accedo, quam ad acquirendam equestrem pro bellis disciplinam equitationis exercitio usam fuisse, locupletissime testatus est Plato: ubi non modo uiros equis armatos, atq. inermes exer- 8. de leg. ceri statuit, uerum puellis quoq. tales exercitationes inire concessit, easq. inter ceteras bellicae gymnasticae species, siue partes eui- C denter collocauit, sicuti Xenophon pariter sentire uidetur, apud quem Ischomachus uitae suae rationem Socrati exponēs sic loqui- In Oecon. tur: μετὰ δὲ ταῦτα ὡς τὰ πολλὰ ἀναβὰς ἐπὶ τὸν ἵππον, ἱππασάμην ἱππασίαν, ὡς ἂν ἐγὼ δύνωμαι ὁμοιοτάτην ταῖς ἐν τῷ πολέμῳ ἀναγκαίαις ἱππασίαις, οὔτε πλαγίου, οὔτε κατάντες, οὔτε τάφρου, οὔτε ὀχετοῦ ἀπεχόμενος, ὡς μέντοι δυνατὸν, ταῦτα ποιοῦντα, ἐπιμέλομαι μὴ ἀποχωλεῦσαι τὸν ἵππον. i. Post haec autem equum adscendens ut plurimum, equitationem illis, quae fiunt in bello necessarijs equitationibus, quam per me fieri potest simillimam exerceo modo per transuersum, modo per decliue, modo supra fossas, modo supra aquae riuos illum agens, atque haec facientem equum, ne claudum reddam ualde studeo. Quae uerba, postquam multis alijs eius uiuēdi rationem declarantibus addidisset Ischomachus, ei tandem Socrates ita responsum dedit: νὴ τὴν Ἥραν ὦ Ἰσχόμαχε ἀρεσκόντως

τως γὲ μοι ταῦτα ποιεῖς, τὸ γὰρ ἐν τῷ αὐτῷ χρόνῳ συνεσκευασμένως χρῆσθαι τοῖς τε πρὸς τὴν ὑγιείαν καὶ πρὸς τὴν ῥώμην παρασκευάσμασι, καὶ τοῖς εἰς τὸν πόλεμον ἀσκήμασι, καὶ ταῖς τοῦ πλούτου ἐπιμελείαις, ταῦτα πάντα ἀγατὰ μοι δοκεῖ εἶναι. hoc est. Per Iunonem o Ischomache sic agendo mihi places, quandoquidem uno tempore collectim sanitati, atque robori acquirendo operam nauas, nec non ad bella te exerces, diuitijsq. accumulandis inuigilas, quae omnia admiratione digna mihi plane uidentur. Ex his enim, & Ischomachi, & Socratis sermonibus clarissimum argumentum elicitur, antiquos ad bellicas disciplinas comparandas equitationibus usos. Quod uero medicorum gymnastae equitationes ad sanitatem recuperandam, tuendamue, nec non ad optimum corporibus habitum ingenerandum adhiberent, praeter Socratis modo citatam orationem, unum Galeni testimonium sufficere deberet: qui inter reliquas gymnasticae exercitationes minime infimum locum eam obtinere, cum nedum corpus, sed etiam sensus exerceat, scribit: nisi quoque Antylli, Aetij, & postremo Auicennae comprobatio accederet, qui tam equis, quam camelis uectari inter opportunas exercitationes reposuit. nam & Germanicum Tiberij Imperatoris nepotem, cum crurum tenuitate deturparetur, equitatione a medicis imperata illam curasse memoriae prodidit Suetonius: ut hoc exemplo persuasi credere debeamus equitationem tamquam utilissimam a medicis semper magnopere existimatam fuisse: quamuis & apud ipsos ualde referret, numquid mulo, an equo ueherentur, & illis an gradarijs, an asturconibus, an succussatarijs, an concurrentibus: quorum omnium diuersas operationes suo loco explanabimus.

2. de tu. ua. cap. 11.

Loc. citat.

De Curruli uectatione. Cap. X.



DIXIMUS duo esse exercitationum genera, alterum in quo homines a se ipsis solum mouetur alterum ab alijs, siue, ut Aristotelis more loquar, alterum in quo suapte natura, alterum in quo alio mouente sese exercentes mouentur. De primo superius tractauimus, de altero quod gestatio a Coelio Aureliano, & Plinio communi nomine, ab Antyllo, Herodoto, Galeno, alijsque antiquioribus medicis Graecis αἰώρα uocatur, in sequentis uerba facere polliciti sumus. atque iam de equitatione, quam Galenus mixtum motum fecit, sermonem explicauimus. ad alia igitur transeuntibus prima sese offert in curribus uectatio, quam antiquissimam fuisse, nemo infitiatur. si quidē, ut

2. de tu. ua. cap. 11.

A ut Arati uetustus interpres testatur, primus, qui equos curribus iunxerit fuit Erichthonius, quem ob id inter caelitum imagines relatum scribit Manilius primo astronomicorum. Porro forma, & modus curruum diuersus exstitit. Nam Plinius materiam curribus faciundis idoneam abietem probat, rotarum uero axibus Ilicem, fraxinum, atque ulmum. Vnde elicitur ueteres ex huiuscemodi lignis currus fabricasse, qui prioribus illis saeculis duabus tantum rotis construebantur. alias duas auctore Plinio addiderunt Phryges. Scythas postea etiam sex rotis currus construxisse memoriae tradidit uetustissimus auctor Hippocrates. quae rotae Homeri temporibus stanno ornabantur, at posterioribus saeculis non modo rotas, sed tota uehicula ebore ornata fuisse, legimus apud Plautum in Aulularia, sicuti Plinij tempestate tota esseda atque uehicula au-

li.16.c.42. & 53.

lib 7.c 56.

lib de aere aquis & locis.

li.34.c.17.

B ro, ac argento insignita conspiciebantur. Varijs praeterea rebus cooperta fuisse uerisimile uidetur, plerumque autem pellibus, quemadmodum in probl. Romanis scriptum reliquit Plutarchus: sicuti aliquando equis, aliquando mulis, aliquando bobus interdum uiris agi solita legitur. Quin Heliogabalum non modo uaria, & monstruosa animalia, sed etiam feminas nudas curribus iunxisse, ijsque ipsum uectum esse, tradunt. Haec porro gestatio in curribus facta olim Romae inter mulieres in maximis delicijs habebatur: ad tantumque luxum aliquando peruenit, ut eas ipsa uti senatusconsulto uetare, coacti sint Romani. cuius rei gratia cum mulieres ira percitae inter sese conspirassent, ne qua eorum conciperet, neue pareret, atque ita uiros ulciscerentur, Romanos mutasse sententiam, atque iterum illis curribus uti permisisse, scriptis mandauit Plutar-

Lampridi⁹ in uita Heliogab.

C chus. In quibus deinceps ne sederent, neue equis per urbes ueherentur. M. Aurelius Antoninus philosophus, matronarum consulens modestiae, denuo prohibuit. Neq. minus apud gymnasticos haec ipsa gestatio aestimata reperitur: quando, siue ludos, & sacra certamina spectes, siue medicorum libros perscruteris, in omnibus ea usitata apparebit. Quis quaeso nescit nona & nonagesima Olympiade curruum certamen in Olympicos ludos inuectum. Quis ignorat Synoridas, quibus animas nostras Plato in Phaedro elegantissime assimilauit, nec non bigas, quadrigasue curruum genera in publicis sacris frequenter certasse? quod postea studium ita apud Romanos exultum, atque auctum fuit, ut pauca, uel nulla fere publica spectacula ederentur, quin curruum certaminibus honorifica praemia proposita spectarentur. Ob quae refert Plinius in quadrigarum certamine, quod Latinarum ferijs in Capitolio celebrabatur,

lib.27.c.7.

tur, pro praemio uictorem absinthium bibere consueuisse, quasi D sanitatem in praemium dari ualde honorificum arbitrarentur maiores. An uero gratia bellicae disciplinae adipiscendae uectatione in curribus uterentur ueteres, nil certi affirmare audeo. Existimo tamen, cum ab Homeri aetate usque ad Xenophontis tempora, atque etiam posterioribus saeculis perdurauerit mos, ut in bellis e curribus quoq. dimicarent, quemadmodum in equitatione exercebátur, quo fierent bellis gerendis aptiores: similiter & in curribus se exercere ueteres consueuisse, ne, cum pugnandum erat, tamquam inexercitati, & diuersorum agendi currus modorum expertes superarentur. Ceterum quod medici gymnastici similem uectationem tam pro sanis conseruandis, quam pro aliquibus aegris curandis in usum receperint, clarissime testati sunt Galenus, Antyllus, Herodotus, atque Auicenna: qui non modo eam inter gymnasticae uerae exercitationes reponendam uoluerunt, immo & febricitantibus (quod paucissimis exercitationibus attributum inuenitur) tamquam maxime commodam celebrarunt. huius etenim quasi duo genera effecisse uidetur Galenus, alterũ in quo homines uecti sedebant, alterum in quo iacebant. atq. utraq. haec raro in urbe, frequentissime per uias, & extra urbem peragebantur. iccirco scriptum est a Plutarcho, Romanos coactos fuisse in Septimontij festo prohibere, ne ea die uehiculo uti liceret, ut urbs, & festi celebratio non relinqueretur. Nũquid autem sani simul, & ualetudinarij in ijsdem uehiculis exercerentur, indicasse mihi uidetur Herodotus, apud quem legitur, febricitantes curribus, qui manu ducuntur, nec non bigis gestari solitos, atque illos a principio per triginta stadia moueri, deinde ea conduplicare; hos a stadijs triginta, aut F quadraginta initium ducere, & usque ad spatium altero tanto maius progredi consueuisse. Sanos uero omnibus curribus, & tectis, & apertis sine ullo discrimine usos esse, uerisimile fit: etsi fortasse principes tectis potius, quam detectis uectos credere possumus, quando refert Dion historicus, Claudium Caesarem, dum prospera ualetudine uteretur, caputq. tremulum, & manus, ac linguam titubantes haberet, primum omnium Romanorum uehiculo undiq. obtecto gestatum esse, sicuti Plinius iunior ob oculorũ infirmitatem se aliquando usum illo testatur Epistolarum libro septimo, ita scribens ad Cornutum suum:
„ Pareo collega clarissime, &
„ infirmitati oculorum, ut iubes, consulo. Nam & huc tecto uehiculo undiq. occlusus, quasi in cubiculo perueni.
„ Ex his igitur omnibus cuiq. cognoscere licet, talem exercitationem non minus ceteris

In paed. Cyri.

Oribasius li.6.c.25.

2. de tũ. ua. cap.11.

In probl. Rom.

A ris a gymnasticis probatam fuisse, quippe quos, & non aurigas motuum omnium ex hac gestatione contingentium facultates, & condiciones probe intellexisse, scribit Galenus. quasi haec exercitatio, quemadmodum & aliae, proprios praefectos, nimirũ aurigas si possideret; insuperq. communi totius artis magistro subijceretur, qui & modum & mensurã, & qualitatem, & tempus in simili exercitatione obseruanda diligenter praefiniret. Habuerunt ueteres multa curruum, aut uehiculorum genera, ut Plaustrum, Esseda, Petoritum, Arcirnam, Birotum, Cantherinum, Carrucam, Carpentum, Thensam, Cisium, Couinum, Rhedam, Pilentum, Burdones. quae omnia quod rotis agerentur in hoc erant similia; distabant uero modo forma, modo materia, modo magnitudine, modo alijs. At de his non est quod loquamur, cum uectatio omniũ fere eadem esset, B & iccirco medici cuncta sub uno Currus genere sint complexi. 2. de tu. ua. cap. 11.



De gestatione in Lectica & sella. Cap. XI.



LECTICAM, atque sellam ob commoditatem potius eorum, qui uel senectute, uel morbo impediti ambulare pedibus nõ poterant, uel ob delicias, quibus semper homines studuerunt, inuentam fuisse, quam ob aliud, non desunt qui opinentur: nec forsan sine ratione; quandoquidem nulla apparet probabilior caussa, qua inducti ueteres huiuscemodi instrumenta excogitauerint, quam quod equitare, & pedibus ire nequeuntes, aliquam rem optauerint, qua domo exire, per urbes uagari, iter facere quam commode ualerent; nisi dicamus, Imperato C res, Reges, atque Principes ne in faciendis itineribus a sole, a uento, pluuia tempestate, atque similibus offenderentur, lecticas & sellas undiq. obtegi, & retegi aptas inuenisse, quas alij postea diuites luxus, ac uoluptatis, siue commoditatis gratia, & postremo medici gymnastaeq. ad usum hominum sibi ipsis concreditorum traduxerint. utcumque sit, constat, quos nuperrime dixi medicos, atque gymnastas illas ad exercenda saepe ualetudinariorum, rarius sanorum quoq. corpora usurpasse. Quae uero tam lecticae, quam sellae forma fuerit, nil ita certum habetur, quin dubitare cuiuis liceat; attamen uerisimile est, in ea puluinar, & lectulum stratum fuisse, quo & iacere, & sedere, prout libebat, qui gestarentur, possent. an in ceteris fuerit nostrae dissimilis, uel potius similis; credo non admodum dissimilem exstitisse, nisi quod nostra a mulis, uel equis fere semper gestatur, illa antiquorum ut plurimum a seruis

sex

sex portabatur, atq. ob id Hexaphoros nuncupabatur, uti ex his uer- D
Lib. 6. sibus Martialis perspicuum fit, in quibus Afrum quendam pauperem, & iuuenem deridet, quod lectica gestari uellet.

Cum sis tam pauper quam nec miserabilis Irus,
Tam iuuenis, quam nec Parthenopaeus erat,
Tam fortis, quam nec cum vinceret Artemidorus,
Quid te Cappadocum sex onus esse iuuat?
Rideris, multoq. magis traduceris Afer,
Quam nudus medio si spatiere foro,
Non aliter monstratur Atlas cum compare mulo,
Quaeq. vehit similem belua nigra Lybin
Inuidiosa tibi quam sit lectica requiris?
Non debes ferri mortuus Hexaphoro:

similiter & ubi Zoilum carpit, quod lecticam sandapilae siue fere- E
tro mortuorum similem haberet.

Lib. 2. *Laxior hexaphoris tua sit lectica licebit,*
Cum tamen haec tua sit Zoile sandapila.

Lib. 6. libro 1. ad uxoré suá. Nam ex his liquido intelligere quisq. potest, lecticam fere semper a sex seruis esse gestatam. (In quem usum Cappadoces Martialis, Germanos Tertullianus adhibitos scribunt) siq. interdum aliquis lecticariorum numerum augere uoluisset, protinus fuisse notatum, quemadmodum idem Martialis indicauit, ubi Philippum quendam insanum uocat, quod ab octo seruis lectica eius ob quandam diuitiarum inanem ostentationem per urbem gestaretur,

Octaphoro sanus portatur Auite Philippus,
Hunc tu si sanum credis Auite, furis.

Cum itaq. lectica antiquorum ita se haberet, non modo pro sede F
commoda, uerum etiam conciliando somno dum claudebatur inseruiebat, ut Iuuenalis testatur his uerbis.

Sat. 3. *Namq. facit somnum clausa lectica fenestra.*

tamq. frequens illius erat usus, ut castra lecticariorum, qui solum gerendis lecticis, uel etiam matronis in eis deponendis, ac gestandis, ut est apud Iureconsultos mentio, destinabantur, pluribus in locis haberentur, in quibus & iura ipsis dabantur, & alia in castris fieri solita agebantur, quamquam libertis omnibus lectica per urbem gestari uetitum credam, Suetonij auctoritate inductus, qui Claudium Imperatorem Harpocrae liberto lectica per urbem uehendi spectaculaq. publice edendi ius tribuisse scribit. At qui sellam duplicem fuisse tradidit Antyllus, siue potius eius interpres; alteram, in qua sedebant, quae uel cooperiebatur, uel aperta sinebatur,

A batur,& a nonnullis, ueluti a Coelio Aureliano, portatoria sella, ac fertorium dicebatur; alteram in qua iacebant. primam quoq. temporibus nostris uidere licet, cum podagrici, diuites, atq. alij principes delicijs nimis dediti illa quotidie uehantur, qua item uiros magistratum gerentes olim gestari consueuisse, atque inde curulis sellae, in qua tantum sedebatur, nomen emanasse arbitror: secundam, in qua iacebant, non habemus, quod ego sciam, nisi dicamus lecticam nostram illius uicem gerere, atq. ipsis eandem rem significasse lecticam, & sellam iacendo, sedendoue idoneam. Cui sententiae plane subscripsisse uidetur Aetius Amidenus, qui inter gestationes, sellas omittens, solum lecticae duplicis mentionem fecit, eius.s. in qua lecti sedebant, & eius in qua iacebant. Fuerunt igitur tum lectica, tum sella instrumenta quaedam, quibus diuites, senes, B & qui ambulare non poterant per urbes, & in itineribus a seruis uehebantur, quibusq. medici gymnastici ad exercendos ualetudinis gratia tam sanos, quam infirmos non raro utebantur. narrat enim Galenus, Antiochum medicum iam octuagenarium, & in uiuendo solertissimum, si quando longius ire uellet, modo sella, modo uehiculo gestari solitum. Narrat similiter Plinius secundus, auunculum suum Romae sella uehi solitum, ne caeli asperitas ullum studij tempus eriperet. Vnde iudicari potest, senes tam in exercendis seipsis, quam in obeundis priuatis actionibus gestationes in sellis in usu habuisse, perinde ac etiam in languentibus medici easdem usurpasse animaduertuntur, in quibus is modus secundum Herodotum obseruabatur, ut neq. minus quinq. stadijs, neq. plus quam huius duplum similes gestationes producerentur, atq. ita sequenti die ob C seruaretur; tertio uero die quinq. stadia singulis diebus usq. ad triginta stadia addebant. Et ne quis forsan suspicetur, sellam, atque lecticam idem exstitisse, prae ceteris unum Martialem adducere possumus, apud quem obscurum esse nequaquam potest, illas diuersas fuisse, cum ait.

lib.1.chro. cap.1. — lib.3.c.6. — 6.d tu. ua. cap.4. — lib. epist.3. — Orib. loco citato.

Lecticam sellamq. sequar? nec ferre recuso
Per medium pugnas, sed prior ire, lutum, lib.10.

quod similiter his Tertulliani uerbis in libro de pallio cõfirmatur, Ipsas quoque iam lecticas, & sellas, quis in publico quoque dome- „ stice, ac secrete habebantur, eierauere. Iam uero sellarum alias fuis- „ se pelliceas, alias osseas, nonnullas eboratas, aliquas argentatas, ex Lampridio in Heliogabalo certo sciri potest.

De agitatione per lectos pensiles, & per cunas facta, & de Scimpodio. Cap. XII.

D



VOD agitationem per cunas, & lectulos pensiles, quos duos sub κλίνης vocabulo a Græcis complexos sentio, factam inter gymnasticae exercitationes recensere velim, forsan aliquis mirabitur, cum hac tempestate cunae solis pueris eblandiendis inseruiant, paucissimiq. sint, quibus medici pensiles lectulos parari iubeant: veruntamen is mirari desinet, si Galenum, Herodotum medicum, Aetium, & Auicennam diligenter legere placuerit: qui cum huiuscemodi agitationes inter alias corporum humanorum exercitationes adnumerarint, cur a me silentio praeteriri debeant, non video. Nam cunas ob pueros potius, quam adultos excogitatas fuisse non equidem diffiteor, sed puto talem motionem interdum uiris cum ad leniendos dolores, E tum ad conciliandum somnum non parum adiumenti praestare posse, vt praeclare scriptum est ab Antyllo, & Aetio, apud quos lectus fulcra mobilia iuxta angulares pedes habens nil aliud mea sententia significat, quam cunas ipsas, quas etiam intellexit Celsus, vbi dixit, si ne id quidem est, uni lecti pedi certe funiculus subijciendus est, atq. ita lectus huc, & illuc impellendus. & si Oribasij interpres nomen κλίνης pro lectica transferre maluerit, & iccirco omnes illos prorsus falli credo, qui in gymnastica medicorum eas nullum vsum habere censeant. Quibus similis quoq. est exercitatio illa puerorũ, dum in ulnis a nutricibus gestantur, quae & a medicis, & a Platone pro ipsorum valetudine mirum in modum probatur. Eadẽ prope est tam lectulorum, quam balneorum pensilium ratio. quae omnia quoniam ab Asclepiade Prusiense frequenter usurpata apud F Plinium traduntur, vt is infirmorum voluptatibus ac iucunditatibus inseruiens penes homines auctoritatem adipisceretur, sicuti inuentori suo gloriam, atque existimationem incredibilem pepererunt, ita quoque utentibus multam vtilitatem simul, atque delectationem attulisse rationi consentaneum videtur; atque inde emanasse, vt posteriores medici similem motum ad exercendos homines comprobarint. quamquam pauci, vel nulli (quod ego sciam) talium instrumentorum formam, ac utendi modum tradiderunt, a quibus certo admoneamur frequentem illorum vsum aliquo tempore exstitisse. nisi credamus, antiquos scriptores propterea huiuscemodi res scribere neglexisse, quia uulgatae, & omnibus manifestae essent. Quae temporibus nostris cum a plerisque ignorentur, opere-

Marginal notes: Oriba. lib. 6. collec. — lib. 3. c. 6. — 7. de repu. — lib. 26. c. 3.

A operae pretium me facturum spero, si breuiter, quid sentio, in medium afferam. Nam de lectulis pensilibus, quos primum ab Asclepiade excogitatos tradit Plinius, opinor eos fuisse lectos quosdam paruos modo ex lignis, modo ex aere, modo ex argento (maiores nostros etiam argenteos lectos habuisse scripsit Plinius) constructos, qui quattuor angulis funibus ad cubilium laquearia alligabantur, ita ut terra sublati aliquantulum quasi in aere pendere uiderentur. Balnea similiter pensilia a Sergio Orata teste Plinio, primum inuenta, non quae supra tecta fiebant, aut concamerata loca, ut uoluerunt aliqui, sed nulla alia fuisse credo, quam labra illa uel marmorea, uel aenea, uel lignea ad lectulorum imitationem laquearibus appensa, quo minimo quolibet manuum impulsu alias leniter, alias uehementius agitari ualerent. quod Seneca ad Lu-

lib.26.c.3.

li.33.c.1

lib.9.c.53.

B cillum scribens nobis manifestauit his uerbis. Balnearum suspensura inuenta est: ne quid ad lautitiam deesset. His igitur motibus quoscũq. exerceri medici praecipiebant, huic uni potissimum studebant, ut motum citra laborem, lassitudinemue ullam afferrent: deinceps curabant, ne in exercitatione illa iucunditas desideraretur, quae profecto magna in lectulis, at maxima in balneis reperiebatur, nempe quae praeter suauissimum illum motum, aquae delectationem addebant, dum ea mollissime blandaque titillatione quadam singula corporis membra tangebant. si namq. balnea pensilia ea fuisse intelligantur, quae supra tecta fierent, quomodo in illis maior illa uoluptas, ob quam secundum Senecam & Plinium excogitata fuerunt, reperiretur, quam in alijs, non uideo. De pensili lecto dixit Herodotus, gestationem in illo tamdiu faciendam

C esse, quãdiu quispiam in sella gestatus quadraginta stadiorum iter conficiebat. alteri tamen eiusdem auctoris sententiae libentius acquiesco, uidelicet huiuscemodi exercitationem, quãta esse debeat, facile numero definiri non posse. quod non tantum in his, sed & in omnibus alijs sentio ob uarias, ac diuersas aegrotantium affectiones, quibus non eadem ullo modo conuenire posse, omnes uel mediocriter in medica arte periti uno ore praedicant. Lectulo pensili simile aliud instrumentum ueteres habuisse inuenio, quod σκιμπόδιον Graeci, scimpodium Latini eodem uocabulo appellarunt. hoc licet nusquam appenderent, erat tamen uel lectus paruus, uel quid in formam lecti pensilis constructum: atque ipso per urbes, & per uias tam uiri quam mulieres gestabantur, ut Dion historicus demonstrat, scribens, primo Augustũ ac Tiberium in scimpodijs quandoq. uehi solitos, cuiusmodi mulieres tempore suo ge-

stabantur, secundo quod Seuerus, dum Britanniam obiret, scimpodio undiq. obtecto ferebatur. Ceterum qualis huius instrumenti figura exstiterit, haud satis constat: putandum est tamen sellam fuisse ita fabricatam, ut lectum plumeum paruum caperet, ita uinctum, ut pendere uideretur, in quo si non penitus saltim ex aliqua parte, qui ferebantur, iacebant, & undique, ne ab aeris iniurijs laederentur, cooperiri poterant. hoc intellexisse meo iudicio uidetur Iuuenalis, cum Crispinum quendam mordens dicebat. D

Sat. 1. *Qui dedit ergo tribus patruis aconita, vehatur*
Pensilibus plumis, atque illinc despiciet nos?

de eodem interpretanda est haec inscriptio quam mihi dedit Aldus Manutius Paulli doctissimi, & eloquentissimi filius eruditissimus, quamq. Parma ad Andream Naugerium olim allatã retulit. E

D. M
L. ÆMILI. VICTORI. QVI. PRIDIE. NATALEM. SVVM VICESIMVM. ET. SECVNDVM. PRVNA. IN. PENSILI POSITA. VRGENTE. FATO. SANVM. IPSE. NECAVIT. SE. L. AEMILIVS. VICTOR. PRINCIPALIS. ET AELIA. VENERIA. FILIO. PIENTISSIMO ET. SIBI

10. Meth. neque aliud significauit Galenus, quando balnea ingrediendi modum hecticis praescribens haec scriptis mandauit: ἀῤῥωςοῦντα βούλομαι κομίζεσθαι μὲν ἐπὶ τοῦ σκίμποδος εἰς τὸ βαλανεῖον. idest, aegrotantem uolo portari in scimpodio ad balneum. neque aliud Libanius rhetor in libro de sua ipsius uita intellexit, dum dixit: cum domi sum, in lecto iaceo; vbi uero in schola, in scimpodio. sicut etiam idem intellexit Gellius, ubi scribit, se Frontonem Cornelium pedibus grauiter aegrum in scimpodio Graeciensi cubantem inuenisse. Patet itaque, non modo ob delicias atque uoluptates a maioribus nostris lectulos, ac balneas pensiles, nec non scimpodia; uerum etiam, & a medicis gymnasticis ad exercenda ualetudinariorum corpora usurpata fuisse. Quale porro fuerit instrumentum illud machinamentum raptorium, & macron sparton a Coelio Aureliano uocatum, qualisq. apud eundem recussabilis sera Italica nominata, quibus duobus gestabantur, nondum mihi plene compertum est, cum a nullo alio auctore ipsorum mentionem hucusque factam inuenerim. nisi fuerit. ut supra diximus, petaurum, uel potius sit Coelij contextus deprauatus.

Marginalia: lib. 19. c. 10. (beside "nius rhetor…"); F (right margin beside "misum, in lecto iaceo…"); li. 3. c. 6. & lib. 5. c. ult. (beside "machinamentum raptorium…")

De

A De Nauigatione, & Piscatione. Cap. XIII.

NTER gestationis species, quae plures exercendis corporibus exstiterunt, nauigationem quoq. reposuit Antyllus, quem secutus Aetius, & post eum Auicenna manifeste eam pro exercitatione habitam demonstrat; id quod utrique non tam ab experientia meo iudicio desumpserunt, quam ab antiqua diuini Hippocratis sententia, qua nauigationem & mouere corpus, & perturbare dixit. nisi quod Auicenna nauiga- 4.Aph. 14.
tionem inter debiles exercitationes adnumerauit, Hippocrates uero eam corpus magnopere perturbare asserit, id quod potius uehementis quam remissi motus argumentum uidetur. Hac nauigationis exercitatione duas praesertim gymnasticas, sed non admodum
B usas inuenio, medicam scilicet, & bellicam. Medici ea utebantur uel ad aliquorum sanorum habitus conseruandos, uel ad nonnullorum aegrotantium sanitatem comparandam. ad sanos utebantur nauigatione, quod (ut ab Aristotele scriptum est) mare ob placidas 1.partic. Prob.54.
aspirationes salubritatem insignem facit, unde nauigantes semper coloratiores exsistunt, quam in paludibus degentes. Ad aegrotos uero, quoniam idem humores putridos, ac nocuos tũ uomitu, quem frequentissime insuetis praesertim parit, tum uentis ac uaporibus siccis exsiccare natum est. quare dicebat Auicenna nauigationem 3.1.doc.2.
leprae, hydropisi, apoplexiae, stomachi frigiditatibus, nec non inflationibus eiusdem magnopere prodesse. Plinius uero & phtisi- cap.2.
cis, & sanguinem excreantibus adiumentum afferre Annaei Gallio lib.31.c.6.
nis post consulatum ita curati exemplo testatus est. qui item ab hu-
C iuscemodi affectis Aegyptum peti non ob terram ipsam, sed propter nauigandi longinquitatem censuit; ut etiam eius Nepos Plinius secundus Zosimum libertum sanguinem reiectantem eo se lib.5.epist.
misisse, & confirmatum a ualetudine rediisse narrat. quamquam auctor ille nomine Plinij falso inscriptus in lib. 1. de re med. sense- Cap.6.
rit phtisicis utilius esse in saltibus morari, ubi pix nascitur, quam in mari nauigare, & marina loca uisitare. quod etiam traditum est a Marcello medico. nam & Galenus 1x. de simpl. medic. ubi de terra Samia loquitur, memorat, multos pulmone ulceratos Roma ob id in Libyam profectos annis aliquot inculpatos uixisse, postea uero morbum recruduisse, ubi non pari cura uiuebant. Modus in nauigatione ualetudinarijs obseruatus sic ab Herodoto describitur, quod a sexaginta stadijs incipiebant, & in duplum horum desinebant. Porro nauigationis plures fuerunt differentiae, quando aliae

in mari, aliae in fluminibus, aliae in magnis, aliae in paruis nauibus, aliae remis, aliae remulco aliae uento aut uehementi, aut placidiore fiebant. De nauigatione per flumina traditum est a Plutarcho, eam minus nauseam producere, quam mare, quod tam odor, quam timor e maris adspectu proficiscentes corpora perturbant, atque sic uomitum cient, quae res a fluminibus minime contingit. contra Coelius Aurelianus in inueteratis capitis doloribus ceteris praetulit longam per maria nauigationem, quoniam (ut ipse inquit) fluminales, uel portuosae nauigationes, nec non stagnorum, incongruae iudicantur, nimirum quae caput terrena exhalatione humectantes infrigidant, maritimae uero latenter, atq. sensim corpus aperiunt, & salsae proprietatis caussa corpus adurunt, atq. eius habitum quadam mutatione reficiunt. Hic igitur fuit apud gymnasticos medicos nauigationis usus, quam pariter bellicae studiosos amplexos fuisse diximus; quandoquidem Naumachiae illae, quae a Romanis in circo uel aliquo terrae sinu prope Tiberim manufacto tali exercitationi designato repraesentabantur, fuerunt quidem ad populum oblectandum secundum aliquos praecipue institutae, quales illae quas ab impurissimo Heliogabalo in Euripis uino plenis interdum exhibitas tradit Lampridius: attamen probabile est quoq. apud me, huic summopere illas inseruisse, ut in ipsis ad naualium pugnarum disciplinam acquirendam milites exercerentur. atq. ad hoc existimandum ea ratione potissimum adducor, quod Romani, Polybio referente, primo bello punico Carthaginiensibus mari bellū indicturi milites in nauali disciplina exercuerunt. sicuti etiam scribit Suetonius, Augustum, dum contra Pompeium pugnaturus esset, in portu Iulio apud Baias a se effecto milites in nauali exercitatione tota una hieme detinuisse. ut hinc clarum esse posit, Romanos exercendis copijs suis tam mari, quam terra operam semper dedisse, atq. huius studij gratia naumachias instituisse, & non modo pontem naumacharium ea ratione nuncupatum, quem concrematum ex larice in Raetia caeso Tiberium refecisse scribit Plinius, habuisse, uerum etiam locum peculiarem, cuius uestigia adhuc manent, quemque tempore Naumachiae tanta aqua replebant, ut mare quoddam uideretur, sicuti uenustissime Martialis demonstrauit, ubi naumachiam a Domitiano Imperatore editam hoc carmine descripsit.

[Margin notes: In lib. de caussis na. — lib. 26. c. 3. — lib. 1.]

Si quis ades longis serus spectator ab oris,
Cui lux prima sacri muneris ipsa fuit,
Ne te decipiat ratibus naualis Enyo,

Et

A *Et par unda fretis, hic modo terra fuit,*
Non credis? spectes dum laxent aequora Martem,
Parua mora est, dices; hic modo pontus erat.

Sed ne frustra in superioribus dixisse uidear, gymnasticam medicinam atq. bellicam praecipue nauigationis exercitium habuisse, illud unum sciri uolo, in ludis quoque, quos athleticae partem esse ostendimus, aliquando similem exercitationem locum habuisse, at propter ingentem apparatum necessarium raro fieri consuesse. quod enim Virgilius de Aenea in Anchisae funere, una cum ceteris ludis naumachiam celebrante finxit, aut uerum exstitisse, aut non sine ueri imitatione credendum est, quandoquidem alios ludos qui ibi facti a Poeta pinguntur, si ueri non fuerunt, saltem uerorum imitationes fuisse, nemo negabit. Inter nauigationis species B piscatio non sine nauigijs facta similiter ab auctoribus adnumeratur, atque apud Plautum exercitationis gymnasticae uicem subijsse uidetur, cum in Rudentis fabula piscatores ita loquantur, 5. Aen.

Ex urbe ad mare huc prodimus pabulatum,

pro exercitio Gymnastico, & Palaestrico hoc habemus. quae tamen piscatio cum a Platone improbata sit, quod neq; animus. neque corpus in ipsa exerceatur, iuremerito eam tamquam nulli utilem omnes fere gymnastici reiecerunt, nisi quod Galenus ipsam inter exercitationes, quae simul opera sunt, reposuisse uidetur, sicut & Auicenna ingredientem piscatorias naues debiliter exerceri censuit. quorum sententias duabus de caussis infirmas reputare debemus, tum quia neuter eorum explicate, quid boni afferat piscatio, declarauit, quasi exercitationem huiuscemodi non admodum pro C barent, sed communem potius quandam sermonis consuetudinem sequerentur; tum quia ipsemet Galenus piscatorum habitus duros atq. aridos esse dixit. cuius ariditatis ratione Aristoteles piscatores marinos pilis rufis praeditos esse antea scripserat. unde medici qui bonum habitum corpori exercitationibus acquirere student, quomodo durum & aridum efficere piscatione uelint, non uideo; praeter quam quod cunctae prope piscationes sub sole, & in locis saepe malo aere plenis peraguntur, una excepta maritima: ut his omnibus credere cogamur, piscationis laborem medicos parui aestimasse. Neq. tamen defuerunt Imperatores, qui exercitationis cuiusdam gratia interdum piscarentur, ceu de Caes. Augusto scriptum est a Suetonio, & de Alexandro Seuero a Lampridio, de quo ita scribit: Vsus uiuendi eidem hic fuit. primum ut si facultas esset, idest si cum uxore nō cubuisset matutinis horis in lario suo, in quo

In sophist. & 7. de leg.

2. d tu. san. cap. 8.

6. d comp. med. sm l.

38. partic. prob. 2.

& diuos principes, sed optimos electos, & animas sanctiores, in queis & Apollonium, & quantum scriptor suorum temporum dicit Christum, Abraham & Orpheum, & huiuscemodi deos habebat, ad Maiorum effigies sacra faciebat. Si id non poterat pro loci qualitate uel uectabatur, uel piscabatur, uel deambulabat, uel uenabatur. Haec Lampridius. Quid autem fuerint piscatorij ludi, qui quotannis mense Iunio trans Tiberim a praetore urbano pro piscatoribus Tiberinis, auctore Festo, agebantur; nondum ita certus sum, ut tuto affirmare queam, athleticam gymnasticam, cuius ludos fuisse diximus, piscationis exercitium habuisse.

De Natatione. *Cap. XIV.*



MAGNA & fere incredibilis apud ueteres fuit semper natationis existimatio, tantumque per plura saecula illius usus uiguit, ut non minus pueri natandi artem, quam prima litterarum elementa edocerentur. quo tempore cum nulla maior ignorantiae nota inuri posset, quam dum aliquis nec litteras, nec natare scire dicebatur, factum fuit, ut posteriores illud in prouerbium contra bardos, & prorsus inertes continuo receperint, adhucq. ita loquendi consuetudo permaneat, quando natãdi peritia si non eosdem honores obtinet, quibus anteactis saeculis afficiebatur, saltem nec penitus neglecta, nec inutilis iacet. Ratio enim, qua impulsi maiores nostri natandi scientiam tanti fecerunt, haec una iudicio meo exstitit, quod primis illis temporibus apud

Sect. 27. Prob. 5. & 2. Rhe. c. 4. respub. quascunq. uiri fortes prae ceteris, ut scribit Aristoteles, honorabantur, quasi ab his solis & ciuitatum salus, & imperij propagatio, penderet: & ob id quisq. uel saltem maior nobilium, atq. etiam aliorum pars comparandae fortitudini usque a primis incunabulis incumbebat. Quocirca, ut in naualibus quoque pugnis, quae tunc frequentius committebantur, in transeundis uadis, ac fluminibus homines nandi arti confisi pericula magis euadere possent, minusue formidarent, (quando saepenumero milites mare ingredi coacti ob nandi ignorantiam suffocabantur, quemadmodum exer-

De Cyri minoris expedi. citui Cyri euenisse memoriae prodidit Xenophon) sicq. fortiores inter aquarum pericula fierent, natationis peritiam extulerunt; qua etiã ratione Romani ueteres, ut Vegetius scribit, quos tot bella, & continua pericula militarem disciplinam docuerant, campum Mar-

lib. 1. de re mili. c. 10. tium Tiberi uicinum delegerunt, in quorum altero armorum exercitationes inirent, in altero sudorem, pulueremq. diluerent, ac si-

mul

A mul natare perdiscerent; ut his rationibus, ac Vegetij auctoritate facile sit iudicatu, militarem gymnasticam natandi exercitatione non caruisse. Ceterum posteriori tempore non modo natatio ob dictas rationes usurpata reperitur: uerum etiam ob ualetudinis conseruationem, nonnullarumque affectionum curationem medicis gymnasticis ipsam probatam fuisse Antyllus testatũ reliquit. quod item sensisse uidetur Galenus in primo ad Glauconem, ubi laborantibus tertiana febre concedit, ut ungantur, & balneum ingrediantur, ibiq. madefiant, &, si uelint, etiam natent. Quod enim natatio exercitationis loco habita fuerit, praeter Oribasij auctoritatem de ea inter ceteras exercitationes tractantis, & a lauatione de qua libro postea decimo fusissime scripsit separantis, ipsa quoq. ratio persuadet, nempe quia in huiuscemodi motione insigniter uniuersum corpus & mouetur, & laborat, ut Aristoteles aliquando 7. collec. 23. partic. Prob. 3.
B eam cursui comparare non ineptum duxerit, Galenusq. pueros temporis sui in aquis γυμνάσικάς παιδιάς facere consueuisse scripserit. Quo pacto uero similis exercitatio perageretur, tamquam res uulgatissima silentio praeterita fuit fere ab omnibus, uno excepto Antyllo, qui nataturos prius moderate unxisse, & frictione corpora praecalfecisse, deinde e uestigio in aquam se proijcere debere uoluit, quasi omnes sanitatis gratia natantes eas regulas obseruarent. Quo autem in loco natationis exercitatio ageretur, ita apud auctores obseruaui, aliquando in ipsis gymnasijs, siue priuatis balneis, aliquando extra esse factam. In gymnasijs adhuc duobus modis natabant, uel in piscina, quam in frigidario fuisse superius demonstrauimus: (tametsi piscinas apud Varronem, & alios Latinae 4. De locis affect. Oribasius l.b.6. c.27.
C linguae auctores proprie loca piscibus alendis, & saginandis dicata significare credatur) uel in labris illis amplis, quae adhuc Romae uisuntur. Quod in piscinis, quae in frigidario thermarum aedificatae erant, quasq. thasio lapide aliquando circũdatas fuisse tradit Seneca, natarent, omnium clarissime ostendit Caecilius Plinius, qui in Epist. lib. 2 uillam suam exactissime depingens de balneis eius ita scribit. Inde balnei cella frigidaria spatiosa, & effusa, cuius in contrarijs parietibus duo baptisteria ueluti eiecta sinuantur, abunde capacia si innare in proximo cogites, adiacet unctorium, hypocaustum, adiacet propnigeum; balnei mox duae cellae magis elegantes quam sumptuosae. Sed hoc clarius explicat lib. 5. ubi Tuscos suos describens inter cetera haec habet. Inde apodyterium balnei laxum, & hilare excipit cella frigidaria, in qua baptisterium amplũ, si natare latius, aut tepidius uelis. Ex quibus omnibus satis apertum Epist. 7. & 13. lib.

M iiij est,

est, in gymnasijs siue balneis ueteres nare solitos, atq. in frigidarij D
baptisterio alias piscina uocata, de qua mentionem fecit Tertullianus in lib. de baptismo, & de qua existimo locutum Galenum dum in 7. Methodi siccitate uentriculi laborantes curandi rationem edocẽs magis laudat lotionem in balneo factam ἐν ταῖς κολυμβήθραις. idest, in piscinis natando institutis, quam ἐν τοῖς μικροῖς πυέλοις. quamquam etiam piscinam interdum in area gymnasiorum aedificatam credo, ut testatur Plinius loco nunc citato, in quo post dicta uerba ait. In area piscina est: & ante Plinium Martialis, qui libro. 5.
„ Ligurini cuiusdam insulsi importunitatem describens dixit,

In thermas fugio, sonas ad aurem,
Piscinam peto, non licet natare.

ni uelimus Martialem potius de publica piscina locutum esse, quã fuisse Romae, ex multis, & maxime ex Regionum fragmento sub E
porticu Capitolina intelligere possumus, ubi Vici publicae piscinae
„ clara mentio habetur, de qua ita Festus Pompeius. Piscinae publi-
„ cae hodieq. nomen manet, ipsa non exstat, ad quam & natatum, &
„ exercitationis alioqui caussa ueniebat populus: unde Lucilius ait,
„ Pro obtuso ore pugil, piscinensis res est. De huiuscemodi piscinis scriptum est a Dione Maecenatem omnium primum in urbe aquarum calidarum natatoria instituisse. Quod uero in labris illis similiter natarent, uel saltem natantium instar mouerentur, conijcio cũ ex magnitudine labrorum, tum ex uerbis Galeni in 1. ad Glauconem, quando in tertianae curatione natationem in aqua commemdat: quod de piscinis gymnasiorum nequaquam intelligi debet; tum ex Coelij Aureliani uerbis, qui in capitis dolore atque etiã in arthriticis curandis natationem minime sub dio factam, necnon F
feruentem, atq. etiam frigidam probans, duo demonstrat, primum in locis clausis & etiam apertis, qualis erat areae piscina, alterum tã in aqua calida, quam frigida natari solitum, unde elicio natationẽ feruentem solum in labris factitatam. q si Plinius in locis paulo ante citatis piscinae calidae mentionem fecit, sub hisce uerbis, Cohaeret piscina calida mirifice ex qua natantes mare aspiciunt, de calefacta ui solis, & maritimo situ potius quam de feruefacta ab igne, ut intelligit Coelius, uerba fecisse uidetur. Quae extra gymnasia, siue priuata balnea efficiebatur natatio, modo in fontibus latissimis, modo in lacubus, modo in fluminibus, modo in ipso mari agebatur. de quibus sermonem habens Aristoteles, dixit, melius in mari,
23. partic. Prob 12. & 14. quam in fluuio natari, diutiusq. ibi moram trahi, quoniam ueluti mare aquae suae corpulẽtia crassitieq. maiora, quam dulces aquae

susti-

A sustinet onera, ita facilius corpora hominum eleuata tenet, & consequenter minus illa penetrare potest, cum dulces aquae ob tenuitatẽ suã citius & leuius illabãtur. Extra balnea quoq. apud aliquas nationes loci peculiares nando construebantur, & ideo κολυμβῆθραι uocabantur, sicuti legitur apud Ioannem Euangelistam de Iesu Caeco, dicente, ὕπαγε, εἰς τὴν κολυμβήθραν τοῦ σιλωάμ, καὶ νίψαι ubi natatoriam Siloe antiquus interpres transtulit. Itaq. natationẽ arcendis morbis, sanisq. corporibus exercendis & conseruãdis usitatam fuisse, iam satis patet: quando item Aristoteles scripsit natantes in mari salubriter exinaniri. uerumtamen illud animaduerti uolo, plerumq. ob delectationem, & ad ardores & siccitates temperandas homines natare consueuisse, cuius gratia in aestate dumtaxat natari solitum fuit. Cap. 9.

B

De Venatione. Cap. XV.



PRAECLARISSIMA extat Galeni sententia, ex omnibus corporum exercitationibus eam proculdubio utilissimam uideri, quae nedum corpus fatigare, uerum etiam animam oblectare ualeat, & iccirco sapientissimos illos haberi debere, qui in uenatione eam exercendi corpora formam inuenerunt, in qua mirifico quodam modo labores uoluptate, quasiq. laudis cupiditate ita temperantur, ut facile iudicari non possit, maior ne sit corporis, an animi motus. Accedit huic, quod natura ipsa, quae animalia cuncta hominis caussa produxit, uenationem quasi praecipere, & acceptam habere, ut scripsit Ari- In lib. de ludo parui pilæ. 1. Polit.

C stoteles, uidetur, quum in ipsa proprias possessiones acquirere conetur, spectaculumq. nullo scelere contaminatum exhibeatur, sed simul & corporis robur, & animi uigor augeatur. Ex quo nemo nõ uidet, quam prudenter fecerint medici, qui pro exercendis corporibus, iisq. ualidis, & sanis conseruandis uenationẽ tantopere aestimarunt, cuius nimirũ studio antiqui illi medicinae parentes Chiron, Machaon, Podalirius, Aesculapius usque adeo, sicut refert Xenophon, arserunt, ut non minus in ea laboris, quam in artibus, in quibus ualde excellebant, sibi impendendum quotidie putarent. Neq. uero solam medicinae gymnasticam huiuscemodi exercitationem, sed bellicam quoq. & athleticam recepisse, probasseq. credendum est; si quidem uel delectationem, & gloriam, quarum gratia athletae laborabant, uel militarem peritiam & fortitudinẽ, quibus bellicae gymnasticae exercitatores inuigilabant, si spectemus, In libro ven.

cumu latissime omnes in uenationis exercitio reperiuntur, atque D in eo praesertim, quod non in auibus decipiendis, sed in terrestribus animalibus sine dolo capiundis laboriose uersatur, de quo magis nostram hanc tractationem intelligi debere uolumus. Et ne sine illustrium auctorum testimonijs hanc sententiã audacter nimis proferre uidear, quomodo unaquaeq. gymnastica uenandi exercitatione usa sit, iam inceptam uiam insequens demonstrare conabor. Quod enim illa bellicae fortitudini assequendae maximum adiumentum praebere putaretur, locupletissime testatũ fecit Plato, qui postquam in Thaeeteto, & 7. de legib. uenandi disciplinam in tres species, aquatilium scilicet, uolatilium, & terrestriũ animalium distinxisset, improbatis alijs duabus pro iuuenũ educatione, de terrestriũ uenatione in fine 7. de legib. ita concludit. πεζῶν δὴ μόνον θήρευσίς τε, καὶ ἄγρα λοιπὴ τοῖς παρ' ἡμῖν ἀθληταῖς, ὧν ἡ μὲν τῶν εὑδόντων, κατὰ μέρη νυκτερεία κληθεῖσα, ἀργῶν ἀνδρῶν: οὐκ ἀξία ἐπαίνου, οὐδ' E ἡ τῶν διαπαύματα πόνων ἔχουσα ἄρκυσί τε, καὶ πάγαις, ἀλλ' οὐ φιλοπόνου ψυχῆς νίκῃ χειρουμένων τὴν ἄγριον τῶν θηρίων ῥώμην, μόνη δὴ πᾶσι λοιπὴ καὶ ἀρίστη ἡ τῶν τετραπόδων, ἵπποις, καὶ κυσί, καὶ τοῖς ἑαυτῶν θήρα σώμασιν, ὧν ἁπάντων κρατοῦσι δρόμοις, καὶ πληγαῖς καὶ βολαῖς αὐτόχειρες θηρεύοντες ὅσοις ἀνδρείας τῆς θείας ἐπιμελές. idest, Solum itaque terrestrium uenatio, capturaue, athletis nostris reliqua est, atque harum, quae dormientia animalia peculiari uocabulo nocturna uocata persequitur, segnibus conuenit, nullamq. meretur laudem, sicuti nec illa, quae laborum intermissiones habẽs retibus, & laqueis non laboriosi animi uictoria ferarum robur euincere conatur. unde solam illam optimam esse relinquitur, in qua homines quadrupedia equis, canibus, & proprijs corporibus uenantur, quos F omnes superant illi, qui fortitudinis diuinae possessionem curãtes proprijs manibus currendo, feriendo, & iaculando uenationi operam nauant. Ex quibus uerbis clare patet, quantum Plato in comparanda fortitudine bellica diuina ab ipso nũcupata, uenationem dixerit exercitatoribus militaribus conferre. quos quomodo ipse sub ἀθλητῶν nomine comprehendat, superius indicauimus. Euidẽtius, quam Plato, locum hunc explicasse uidetur Xenophon, qui de Cyro in eius paedia ita scriptum reliquit: τῆς πολεμικῆς δὲ ἕνεκα ἀσκήσεως ἐπὶ θήραν ἐξῆγεν, οὕσπερ ἀσκεῖν ταῦτα ᾤετο χρῆναι, ταύτην ἡγούμενος καὶ ὅλως ἀρίστην ἄσκησιν πολεμικῶν εἶναι, καὶ ἱππικῆς δὲ ἀληθεστάτην. idest, Exercitationis autem bellicae gratia eos ad uenationem educebat, quos haec exercere oportere existimabat, hanc ratus & omnino bellicarum exercitationum optimam,

A mam, & equestris uerissimam. Quo in loco nemo non uidet, quam aperte uenationem ad exercitationem bellicam omnium maxime conducere censuerit. unde postea in lib. de uenatione iuuenes ad capescendam hanc exercitationem duabus praecipuis rationibus adhortatur; tum ꝙ corporibus bonam ualetudinem comparat: tum ꝙ eos ad bellum maxime instituit, strenuosq. milites, & ceteris rebus agendis idoneos reddit. At Aristoteles non tantum bellicae exercitationi uenandi studium conducere uoluit, quinimmo illud ipsius partem manifesta oratione fecit: ut nulla amplius dubitatio supersit, quin inter ceteras militari gymasticae inseruientes exercitationes uenatio quoq. locum obtinuisse dicatur. Quod uero nec athletica professio huiusce generis exercitio caruerit, uenationes in amphitheatris ab Imperatoribus saepenumero repraesentatae & apud Latinos scriptores mirũ in modum celebratae demonstrant: quae licet ab hac nostra multum diuersae fuisse appareant; illius tamen speciem praeseferebant, nempe cum bestiarij, atq. alij mortis supplicio condemnati eo prorsus modo aduersus feras usq. ad alterius interitum (ut refert Suetonius) contenderent, quo uenatores contra minus immanes belluas pugnare consueuerunt. De medicorum gymnastica, quod scilicet uenationem ualetudini, & bono corporis habitui comparandis, tuendisq. probarent, nemini non constare arbitror, quando, praeter Xenophontis sententiam citatam, praeter Galeni auctoritatem, qui inter exercitationes corporis sanitati inseruientes eam reposuit, ludoq. paruae pilae in hoc solum inferiorem fecit, quod maiori apparatu indigeat, propterea nec artificibus nec ciuilibus negotijs implicitis conueniat; praeter C iuniorem Plinium, qui uenatione corpus sanum conseruasse insinuat, praeter aliorum argumenta, unum Razis Arabis medici eruditissimi testimonium sufficere potest, apud quem legitur, contigisse in quadam peste, ut, dum omnes fere perirent, soli uenatores ob summam ualetudinem assiduis exercitationibus partam incolumes euaserint. ne silentio praetereã Lacedaemonios, a quibus olim ad cenam Dionysius Syracusanus acceptus, se cibis appositis delectari negauit. cui statim respondit coquus, ideo illud euenisse, quia nec in uenatu, nec in cursu laborauerat, & ideo siti & fame carebat, quibus Lacedaemoniorum epulae condiebantur. Itaq. mirari nullo pacto debemus, si Mithridatem, quem usq. adeo sanitatis, & uitae studiosum fuisse scimus, uenationi ita auide operam dedisse legimus, ut septem annis, neq. urbis, neq. ruris tecto usus sit. Ergo manifestum cuiuis iam esse potest, quantum in exercendis pro ualetu-

lib. 1. poli. cap. 5.

2. de tuen. san.

In libro de ludo paruae pilae.

lib. 5. epist.

in 30. contract. 13. c. 3.

letudine corporibus uenatio apud ueteres aestimata fuerit. cuius D cum multae essent species, quarum aliae retibus, aliae laqueis, uisco, & aucupijs, aliae carniuoris, & rapacibus auibus, aliae canibus, sagittis, uel puris, uel tinctis; quas ideo Gallos uenatores helleboro inficere consueuisse tradit Plinius, quia circunciso uulnere caro tenerior sentitur: aliae armis modo in uolatilia; modo in terrestres belluas peragebãtur: illas uenationes aptiores existimatas arbitror, in quibus homines tam pedibus euntes, uel currenses, quam equis uecti feras canibus, & armis insectabantur; nempe quas tum corpora magis exercere, tum sensus omnes acuere, tum maiorem animis uoluptatem afferre nemo negarit. Eam enim uenationem, quae cum accipitribus & asturibus aduersus aues hisce temporibus exercetur, an commendarint antiqui medici, affirmare nequeo, quod, licet Aristotel. memoriae prodiderit, in ea Thraciae parte, E quae olim Cedropolis uocabatur, homines societate accipitrum per paludes aucupari consueuisse; nihilominus genus illud uenationis nostrae ualde dissimile fuisse uidetur; quandoquidem illi ipsi lignis, quae manibus tenebant, arundines & fruteta mouebant, unde aues ob strepitum excitatas euolantesq. accipitres desuper insectabantur, quorum metu aues perculsae terram repetebant, ibique percussae baculis a uenatoribus capiebantur, & earum partes accipitribus distribuebantur; nostrum uero accipitribus, atque asturibus edoctis peragitur. quod antiquos ignorasse & Constantini Imperaroris aetate inuentum esse, insinuat Iulius Firmicus: sicut etiam ignorarunt eam venationem, quae canibus arte quadam instructis, & retibus aduersus qualeas, perdices, & fasianos exercetur. Sed de his satis. F

lib. 25. c. 5.

7. de his aĩalium. c. 56.

Explicit Liber Tertius.



ARTIS. GYMNASTICAE LIBER. QVARTVS

De ratione agendorum, & de exercitationis vſu. *Cap. I.*



VM gymnaſticae originem, eiuſq. ſpecies, & ſpecierum (ut ſic dicam) ſpecies ab antiquis traditas, ac in uſu habitas, iam clara, quantum conceditur, effecerimus, ad perficiendum tractationis noſtrae inſtitutum relinquitur, prius uniuerſales, communesue
B exercitationum omnium regulas tradere, quarum ductu non modo ſingula cognoſcere, uerumetiam uti unuſquiſque poſsit: deinceps ad particularia & magis propria tranſeundum erit, ut in ſingulis exercitationibus, quid boni, & quid mali reſideat, faciliter pernoſcere, & cognitum partim amplecti, partim effugere ualeamus. Fuiſſet profecto inanis prope labor, ac uanum ſtudium exercitationes uſque adeo apud ueteres celebratas perueſtigaſſe, niſi etiam utilitates, & commoda, quorum gratia totam gymnaſtam & condiderunt, & in quotidianũ medicorum uſum eduxerunt, perſpecta & clara haberent illi, quibus haec noſtra lectitare, ijsque ad ſanitatis profectum non oſcitanter uti placuerit. Atque in hoc ideo magis mihi elaborandum eſſe cenſeo, quoniam Galenus Hippocratis atque Platonis placita
C ſecutus in omnibus quidẽ artibus, ſed praeſertim in medicina vniuerſales methodos parum iuuare clamat, niſi particularium tractationes, ac indiuiduorum ſpeculationes acceſſerint, quibus tum res communi methodo inuentae certius confirmentur, tum earum ſimilitudines ac diſsimilitudines, unde omnis humana deceptio, ut in Phaedro ſcripſit Plato, principium ſumit, probe diſcernantur. Hanc igitur ab antiquis philoſophis, atque medicis laudatam uiam incedentes, tractandorum omnium ab ipſius exercitationis natura initium capiemus: quam cum definiemus motum quendam corporis eſſe, atque omnem motum neceſſario differentiae nonnullae ſequantur, nimirum uehementia, remiſsio, celeritas, tarditas, & ſimilia: & praeterea in quouis motus localis genere corpus quod mouendum eſt, locus ubi moueri debet, tempus in quo moueatur, ac ipſius motus menſura, atq. modus ex neceſsitate requirantur,

rantur, confutatis eorum, qui de exercitationibus male senserunt, D opinionibus, primo differentias illas exercitationem consequentes declarabimus: secũdo, quae sint corpora exercitationibus apta, & quae inepta, demonstrabimus: tertio, qualis esse debeat locus, ubi illi exercitationibus operam nauare debent, qui uel confirmandae, uel conseruandae ualetudini student: quarto, quodnam tempus exercendis corporibus opportunum habeatur; sicuti namque corpora omnia non omnem exercitationis speciem perferunt, ita similiter non quiuis locus, nec quodlibet tempus cuicunque aptantur. Sed, quia imperfecta haec tractatio remaneret, nisi mensura exercitationis praescriberetur, ideo quincto subiungam quantum exercendum sit. Addam & sexto modum, quo exercitatio adiri debeat, atque sic ad particularium exercitationum qualitates examinandas descendens nihil relinquere conabor, quod in hac ma- E
1. de dieta. teria iure desiderari queat, & quod ab Hippocrate, siue Polybo pro laboribus, aut exercitationibus tractandis cognitu necessarium positum fuerit. Sed hoc antequam aggrediar, illud prius hoc in loco praefandum esse iudico, ea omnia, quae in hoc quarto uolumine tradituri sumus, tanti in uniuerso exercitationum negotio momenti exsistere, ut, ijs uel ignoratis, uel neglectis, exercitationes detrimenta potius, quam commoditates ullas inferant: innumerae quando quidem exercitationes, ut praeclare scriptum est a Ga-
2. d tu. ua. cap. 7. & lib. d cibis bo. & mat. suc. leno, opportune ac prudenter administratae errores tum naturae in corporis temperie factos, tum hominum in uictus ratione commissos emendare, prorsusq. delere natae sunt, ueluti M. Tullio contigisse fertur, quem mala stomachi valetudine affectum opportu-
nis, ac numeratis exercitationibus ita corporis sui habitum robo- F
In eius uita. rasse scribit Plutarchus, ut ad multa magnaque certamina se ualidũ reddiderit. Contra, si eaedem temere nullaq. opportunitatis rationẽ fiant, nõ modo optimas corporis a natura constitutiones tributas corrumpunt, & interdum prorsus destruunt: uerumetiam plurima, ac saeuissima morborum genera latenter inducunt. quo fit, ut, qui exercitationibus moderate, & opportune peractis uitam sanam traducere, nullisq. medicamentis indigere possent, ijdem ob exercendi negligentiam quasi perpetua infirmitate crucientur, assiduisue medicamentis opus habeant.



Con-

A *Confutatio opinionis eorum, qui exercitationem in sanis damnabant, & de exercendi necessitate, ac commoditate. Cap. 11.*


I igitur tales, tantaeq. exercitationis utilitates exsistunt, magnopere coarguendi sunt, qui de corporibus exercẽdis prauas omnino, atq. humano generi noxias sententias disseminare non erubuerunt. Hos etenim in tres sectas antiquitus partitos, esse scribit Galenus, quorum alij quascũque exercitationes ueluti sanitati potius noxias, quam utiles penitus sustulerunt; Alij neminem exerceri uetandum uoluerunt; Alij media quadam uia incedentes assuetos solum exercendos indicarunt, inassuetis exercitationes negarunt. Horum omnium placita & recensere, & refutare operae pretium duco, ne si uel taceamus, gratis eos reprehendere uideamur; uel si irrefutata dimittantur, aliquibus B arrideant, & tamquam sanitati conducentia interdum accipiantur. Erasistratus itaq., Praxagorae, & Chrysippi in medicina successor, necnon Asclepiades Prusiensis magnae auctoritatis medicus inter alias absurdas, quas habuere de remedijs opiniones, medicamentorum fere, & sanguinis missionis usum in infirmis abrogandum crediderunt, in sanis exercitationes corporis nihil ad bonam ualetudinem conferre statuerunt, atque ad hoc postremum asserendum pluribus rationibus adducti fuerunt. Prima erat, quod sanitas in humorum omnium iusto temperamento collocatur, humores uero gignuntur, & in moderatione retinẽtur ex ciborum moderata sumptione, & concoctione, concoctio uero quaelibet quiete, ut indi-C cat somnus, magis perficitur, a motu qualis est exercitatio, impeditur, & non raro corrumpitur, unde ipsa deprauata necessario humorum harmonia, & ideo ipsa sanitas destruitur. Altera ratio erat, quod omnis exercitatio laborem sibi adnexum obtinet, labor sicuti naturae nostrae quodammodo inimicus apparet, ita quoque iucunditatem, & dulcedinem, quibus numquam sanus homo priuari debet, e medio tollit, atq. sic sanitati potius obest, quam prodest. Tertia ratio erat, per eadem sanitatem praesentem conseruari, per quae amissa recuperatur, unde cum deperdita sanitas per quietem, & non per exercitationem reparetur, per eandem etiam, & non per motum ullum conseruatur. Quarta ratio erat, ab exercitatione nimis calorem augeri, & consequenter natiuum humidum exhauriri, quae duo sanitatem corrumpere, & non conseruare nemo dubitat, cum ipsa in moderato calore & in commensurato natiuo humido

5. de tu. ua. cap. 11.

mido tota consistat. addebant insuper, multos diu in carceribus detentos sanam uitam traducere, qui nullo pacto exercitationibus uacare possunt, atque inde apparere sanitatem absque exercitationibus consistere. Tot igitur rationibus inducti medici illi exercitationes corporis sanitati nullo pacto conferre & crediderunt, & ceteris persuadere conati sunt. sed eos uehemẽter aberrasse, omnes plane confitebuntur, si & exercitationis necessitatem, & naturam, utilitatemue penitus considerare uoluerint. Nam cum a corporibus nostris continuo effluant corpuscula, quae nisi instaurarentur, uitam facillime perderent, ideo cibo, quoad uiuimus, ut effluentes partes regenerentur, semper opus habemus; cibus autem, quantumuis opportunus, & inculpatus eligatur, numquam ita in substantiam membrorum conuertitur, quin excrementa inutilia remaneant, quae nisi continuo foras truderentur, haud difficile foret, aliquo temporis tractu usque adeo accumulari, ut calorem naturalem suffocarent; quod praeuidens sagax natura meatus, ac uias multas illis expurgandis parauit. quae proculdubio cunctis exinaniendis cum non sufficiant, exercitatione indigemus, ut ea per motum attrita alias sudoribus, alias sensibilibus, & insensibilibus exspirationibus a nobis separemus. alioqui si otio, & torpore huiuscemodi excrementa retineantur, periculum est, ne innumerae morborum exitialium species generentur. & iccirco praeclare Socrates apud Platonem in Theaeteto dixit, habitum corporum ab otio, & quiete destrui; ab exercitationibus uero, & motibus conseruari; quod forsan ex eo Hippocratis oraculo didicerat, ubi sanae uitae traducendae

6.epi.cõ 4. rationem breuiter exponens, ita scripsit: ἄσκησις ὑγίης, ἀκορίη τροφῆς, ἀκονίη πόνων, uidelicet, quod in hoc sanitatis conseruatio collocatur, ut satietas ciborum uitetur, & exercitationes corporis in frequenti usu habeantur. Accedit his, quod calor multitudine excrementorum per exercitationem exoneratus robustior efficitur, membra firmitatem maiorem acquirunt, omnesq. corporis uirtutes in proprijs perficiendis operationibus expeditiores, & fortiores euadunt. ut recte dixerit Hippocrates, siue Polybus, ἄνθρωπος

1.de dieta. ἐσθίων οὐ δύναται ὑγιαίνειν, ἢν μὴ πονέῃ, quod scilicet homo, qui comedit, minime sanus uiuere potest, nisi laboret. Sed ne Erasistratum, atque Asclepiadem gratis refutare uideamur, quales sint eorum rationes, perpendemus. primo concedimus, sanitatem in humorum aequalitate sitam esse, atque hanc aequalitatem ab optima succorum generatione, & concoctione conseruari; dicimus tamen concoctionem ipsam & a quiete effici, & ab exercitatione opportune,

A ne, ac moderate adhibita non parum adiuuari; quandoquidē si, ut nuper dicebamus, calor naturalis ab onere superfluitatū per exercitationē leuatus ualētior redditur, magisq. excitatur, & sic excitatus concoctiones meliores parat, quomodo exercitationes opportunae succorum optimam concoctionem non suggerat, simulq. sanitatis conseruationi non ualde conducant, non uideo. unde si motum in tempestiuum concoctionem corrumpere fatebantur, & nos quoq. illis assentimur; at si motum tempestiuum, qualem exercitationem medici antiqui esse definierunt, idem efficere adstruxerunt, in aperta falsitate uersari eorum dogmata cuiuis perspectum est, eo magis quia exercitatis profundiores somni contingunt, quibus postea meliores concoctiones perficiuntur: ut non sine ratione dixerit Galenus primo de alimentis, neque prauos cibos offendere multum ex-
B ercitationi deditos, nempe quibus profundi somni a laboribus eueniant, & tales deinde somnos optimae concoctiones sequantur. Quod porro in secunda ratione asserebant exercitationem laborem adnexum gerere, & proinde uoluptatem sanitati coniunctam, ipsamq. sanitatem adimere, partim confirmamus, partim negamus; non diffitemur profecto exercitationem, quam uehementem motum anhelitum alterantem esse decreuimus, laboriosam aliqua ex parte fore, & tempore, quo peragitur, iucunditate carere; dicimus tamen, sanitatem interdum cum aliqua molestia posse permanere, dummodo neque illa modum excedat, neque multo tempore perduret, qualis est molestia exercitationi associata, quae momentanea est, non immoderata, immo maioris, & longioris delectationis praeparatrix, nempe cum corpus a superfluitatibus libe-
C ret, omnisq. naturalis exinanitio iuxta Aristotelis sententiam delectationem afferat. Ad tertiam rationem, qua etiam Porphyrius philosophus adductus carnium usum ad sanitatem damnauit, respondemus falsum omnino esse, quod per eadem praesens sanitas conseruetur, per quae absens recuperatur; quoniam etiam ipse Asclepiades, & Erasistratus per inediam trium & quattuor dierum, ut Celsus, & Plinius testantur, multos affectus curabant, quam sanitati conseruandae maxime nocere, fatui quoque affirmarent. praeterea Hippocrates, eiusq. sequaces experimentis infinitis medicamenta sanitatem recuperare, si opportune sint adhibita, comprobarunt; at ijdem sanos non modo a medicamentis, nō iuuari, sed sanitatem apprime laedi, palam enunciarunt. unde satis patet, propositionem, quam assumpserunt, a ueritate longe recedere, ne longior mea euadat oratio, si omnia quae ad refutandam illam ualerent, in

Prob. sect. 5

2. de absti. ab animalibus.

Libr. 1. in prooe.

lib. 26. c. 1.

medium afferre uellem. Erat illorum quarta ratio, ab exercitationibus calorem augeri, & ob id modum sibi debitum hoc est mediocritatem transire, & consequenter natiuum humidum, a quibus duobus uniuersus sanitatis status dependet, exhauriri; at eam ueram minime esse facile conuincetur, si exercitatio debite administrata, quemadmodum medici antiqui decreuerunt, consideretur; quae tametsi calorem natiuum augeat, superfluosq. humores inaniat, si tamen adhibeatur eo modo, quo adhibendam inferius demonstrabimus, tantum abest illam natiuum humidum consumere, aut sanitatem aliquo pacto labefactare, ut potius extraneos humores dissipando, superfluitatesque abradendo, quae ipsum humidum turbare, ac inficere possent, idem conseruet, & simul cum calore uiuidum reddat, necnon carnes, & cetera membra D

com. 3. de artic. aph. 1. solidiora, & puriora, efficiat: ex quo uenustissime Galen. carnes utentium exercitatione τυροῖς ἀκριβῶς ἤδη πεπηγόσι, siue caseis iam exacte coagulatis, & non utentium τυροῖς ἐπιπηγνυμένοις, siue adhuc coagulationem subeuntibus adsimilauit. Quod autem ultimo addebant, in carceribus conclusos sine ulla exercitatione sanam uitam degere, si intelligant sine exercitatione proprie dicta, quam uehementem motum esse definiebamus, uera dicunt, & nos quoque assentimur: at si de exercitatione communiter accepta loquantur, ut eorum fuit sententia, dicimus in carcere conclusos uel frictione, uel aliquo alio motu fuisse usos; alioqui ab omni motu penitus desistentes, impossibile est, ut multo tempore sani uiuant, quando quotidie ea ratione complures aegrotare, atque E

6.coll. cap. 2. etiam interire in carceribus uidemus. unde Auerroes prauitatem ab exercitationis priuatione nascentem probaturus a carceratis argumentum accepit, nempe qui (dicebat is) facies cauticas, colorem impurum, & omnes operationes laesas habent, quod non magis homini, quam alijs animalibus latentibus, & uolucribus in cauernis detentis accidere dicebat. quod si qui reperiuntur, qui in carceribus sine ulla exercitatione degant sani, illi per quam rari sunt, & usque adeo ualida corporis constitutione formati, ut omnibus noxis fortiter obsistant. Neque putandum est, huic sententiae nostrae Hippocratem ullo pacto refragari, quod is pestiferam illam in Thaso aeris constitutionem describens, prauosq. in illa genitos morbos recensens, dixerit: Εγίνετο δὲ ταῦτα μειρακίοισι, νέοισιν, ἀκμάζουσι, F

1.Epid.cō. 1.aph. 11. καὶ τουτέων τοῖσι περὶ παλαίστρων, καὶ γυμνάσια πλείστοισι. idest, Fiebant autem haec adolescentulis, iuuenibus, aetate florentibus, atque horum ijs, praecipue, qui in palaestris, & gymnasijs exercebant-

ceban-

A cebantur. quoniam si recte uerba auctoris uenustissimi examinentur, dictis nostris maxime fauent, cum ibi narretur, corpora exercitata ob calorem, & uirium firmitatem morbis illis magis restitisse, atque feliciori ceteris successu euasisse. Itaque nulli iam obscurum esse arbitror, quam grauibus in erroribus uersarentur illi, qui (audacter ne magis, an insolenter, an quod nouarum opinionum studiosi essent, ignoro) exercitationem sanitatis conseruationi nullam opem praestare affirmarunt: & contra, quam probe, & prudenter effecerit Hippocrates, Plato, Galenus & Auicenna, qui nullum praestantius auxilium pro tuenda sanitate reperiri ipsa recta uictus ratione, necnon exercitationibus opportune administratis memoriae tradiderunt. quae duo cum diligenter profiterentur olim Persae, usq. adeo turpe reputarunt aliquos spuere, emungere, & flati-
B bus plenos uideri, quasi sic (ut scribit Xenophon) coarguerentur neque modico uictu uti, neque laboribus humiditates corporis consumere. Lib. 1. Cyr. Paed.

Improbatio eorum, qui omnes homines exercere deberi sentiebant. Cap. III.



REFVTATA eorum falsa opinione, qui exercitationem corporis ad sanitatem nihil conducere asserebant, iam eos confutare aggrediamur, qui omnibus nullo delectu habito iniungendas exercitationes esse censuerũt: quos praedictis meliorem sentẽtiam habuisse & ratio ipsa, & Galeni auctoritas persuadent. Isti etenim animaduertentes, Hippocratem 5 de tu. ua. cap. 11.
C hanc indefinitam propositionem enunciasse, (Labores cibum praecedant) dixerunt Senem praecepisse, ut omnes homines ante ciborum sumptionem sese exercerent: ad haec sententiam suam alijs rationibus confirmare nitebantur, quarum prima fuit, cunctos homines naturaliter exercitationibus inclinari, quemadmodum pueri uel mox in lucem editi attestari uidentur, & propterea inclinationes a natura omnibus tributas ab omnibus etiam debere in usum poni, nec ullo pacto irritas fieri, tanto magis quando inclinationes illas ob aliquod excellens bonum naturã elargiri in pluribus manifestatur, sicuti in maiori hominũ parte exercitationũ inclinationes in usu positas sanitatem bonum excellentissimũ praestare, nemo negat: alia ratio, qua moti isti in similem opinionem deuenerũt, fuit, quod si omnes homines necessario excrementa generant, quae cõtinuo expelli necesse est, alioqui aucta, & accumulata natiuũ colorẽ

consopirent, pessimosq. morbos citra controuersiam progignerēt, D
atq. huiuscemodi excrementorum magna pars per exercitationem expellitur, difflaturue; consentaneum rationi plane uidetur, nullū reperiri posse, qui exercitatione ad educendas quotidianas superfluitates non indigeat, & ob id omnes homines exercitationem desiderare; addebant insuper, quod si aliqui reperirentur, quibus exercitatio minime conueniret, proculdubio essent illi, qui natura corporis imbecillimi sunt, qui cum ab exercitationibus utilitatem capiant, ceteros quoscumque ab ijsdem iuuari, & iccirco illis uti debere consequens est. His ergo rationibus persuasi cunctis passim hominibus ante cibum saltem iniungendas exercitationes esse praedicabant: sed & ipsi apertissime alucinati deprehenduntur. Quoniam cum hominum naturae, & condiciones usq. adeo
1. de tēper. diuersae sint, ut neminem inuenire (sicut scripsit Galenus) alteri similem prorsus liceat, sintq. quibus medicamenta noceant, quibus E
6. Epid. cō. 5. aph. 22. 1. partic. Prob. 51. prosint, quos immodicus coitus, siue λαγνεῖα secundum Hippocratem, Aristotelem, & Galenum iuuet, quos uel minimus laedat, & sic de singulis, pariter rationabile sit, aliquos dari, qui non parum ab exercitationibus corporis offendantur, ut inferius monstrabimus, & proinde uniuersale illud praeceptum non sine ingenti dis-
5. de tu. ua. cap. 11. crimine esse. Nam auctoritas illa Hippocratis, quam sibi fauere sunt arbitrati, haudquaquam (ut bene sensit Galenus) insinuat, quod omnibus hominibus exerceri conducat, immo de ordine exercitationis, & cibi auctor ibi sermonem habuit: quasi innuere uoluerit, quibus exercitari expedit, praecedere exercitationem cibos debere: quod porro idem censuerit, exercitationem haud cunctis
6. Epid. cō. 4. prodesse in libro de grassantibus morbis palam testatus est, ubi calidas naturas quiescere debere censet. Ratio uero prima, qua sententiam suā adstruebant, licet uera sit, atque a Platone ac Galeno confirmetur; nihilominus eorum dictis parum opitulatur: siquidem homines a natura profecto ad motus simpliciter inclinantur, & nullus est, modo sanam uitam degat, qui perpetuo otio torpeat, & nūquam moueatur; at quod ijdem inclinentur ad eos uehementes motus, quos sub certis regulis complexos exercitationes uocamus, nulla ratio dictat, neque ullus sanae mentis pronunciaret. Ex quo apparet ratione naturalis inclinationis minime cunctos exercitationibus aptos iudicari debere. Ad alteram rationem, quae certe multa probabilitate non caret, respondemus excrementa continuo in corporibus nostris collecta necessario esse tollenda, at quod solis proprie dictis exercitationibus huiuscemodi exinanitio peragatur, fal- F

sum

A sum omnino est: quando balneum, frictiones, insensibilis transpiratio, gestationes citra motus ullam uehementiam simili euacuationi perbelle satisfacere possunt, quemadmodum appositissimis Primigenis & alterius cuiusdam exemplis demonstrauit Galenus, quos ab imminentibus morbis exercitationis abstinentia, soliusq. balnei usu se liberasse, sanosq. conseruasse testatur. quod uero postremo loco addebant, cum imbecillimi natura exercitationes requirant, alios quoscumque etiam requirere, dicimus assumptum uerū esse, uidelicet imbecilli corpore natos ab exercitationibus nō parum iuuamenti percipere, ut Socrates apud Xenophontem sui ipsius exemplo probat, natura infirmissimos, si exerceantur, fortiores euadere, quam naturali fortitudine praeditos, sed inexercitatos, & post Socratem Galenus, qui multos a natura infirmo corpore genitos moderatis exercitationibus naturae errores correxisse, & quasi nouum corporis, ac meliorem habitum regenerasse scribit: attamen consequens falsum esse confitemur, neque enim sequitur, imbecillimi exercendi sunt, ergo omnes alij; si quidem calidi & sicci immoderate, tametsi non sint imbecilles, caussis antedictis exercitationes non requirunt, quia uires non sunt, quae exercitationem inhibeant, sed intemperies corporis, quae dum ab exercitationibus augetur, eas prorsus noxias esse indicat. Concluditur ergo, omnes homines exercitationes proprie dictas minime desiderare, atq. illos, qui hoc asseuerarunt, toto caelo aberrasse; quamuis exercitationem communiter acceptam, prout quaslibet uel minimas corporis agitationes complectitur, nemini sano negari posse fateamur, quando nihil sanitati tam hominum, quam brutorum aeque perniciosum, & letale inuenitur, atq. cuiuslibet motus cessatio, consummatumue otium, quibus non tantum uniuersus corporis habitus insigniter refrigeratur, calor natiuus hebetatur, humiditates superuacuae crescunt, molestusque quidam omnium uirium torpor connutritur, uerumetiam, ut dicebat Galenus, cuncta membra tenuia, debilia, atque flaccida euadunt, & subinde non raro exitiales morbi nascuntur, qui, ab humoribus frigidis plerumque originem ducentes, uel ad mortem, uel ad perpetuam ualetudinis offensionem perducunt.

[Marginal notes: 5. de tu. ua. — In li. de dictis, & factis Socra. — 1. de tu ua. — lib. de cib. bo. & ma. succi. — lib. de cau. morborū. — li. 2. de fra.]

[Margin letters: A, B, C]

Redarguuntur, qui assuetos solum exerceri uolebant. D
Cap. IIII.


ESTAT falsa eorum opinio condemnanda, qui assuetos solum exerceri debere, inassuetos minime exercendos esse iudicabant. quorum sententia tametsi speciem ueritatis quandā praeseferat, ceterisq. duabus iure anteponi mereatur, haud tamen prorsus errore uacat, dum assuetudini nimium tribuere, quasiq. supra naturae condiciones illam statuere uidetur. Ceterum ne horum placita iniuste refellere credamus, & rationes, quibus adducti in eam sententiam iuerunt, & errata, quae commiserunt, in medium proponemus, ut ueritas facilius elucere aequo iudici posit. Isti itaq. cum legissent apud medicorum
2. Aph. 49. 50. principem Hippocratem, eos, qui consueti sunt solitos labores ferre, etsi fuerint imbecilles, & senes non consuetis, fortibus, & iuuenibus facilius ferre; quaeq. ex longo tempore consueta sunt, etsi deteriora sint, inassuetis minus incommodare, asseueranter pronuntiarunt, neminem inassuetum exercitationibus, & laboribus committi debere, alioqui maximopere offendi, sed dumtaxat assuetos, nempe quos partes exercitatas robustiores habere, & propterea laboribus sine damno resistere experientia demonstrat. addebant his rationes, primo quos omnes illi, qui cuilibet rei insuescūt, magna ex parte naturae suae conuenientem consuetudinem deligunt; quoniam laedentia experti, illa repudiant, & iuuantibus adhaerent. unde exercitationibus assueti in illis tamquam sibi familiaribus conseruari debent: qui uero quiescendi consuetudinem contraxerunt, ab illa nullo pacto sunt remouendi, quasi tales experti sint ab exercitationibus se ipsos offendi, & a quiete utilitatem capere. Secundo, quod iuxta philosophorum, & medicorum placita consuetudo in naturam transit, & iccirco non secus consuetudinem permutantes oblaeduntur, atque illi, qui naturam peruertere, & aduersus illius impetus obtendere conantur. Tertio quod si consueti quiescere longo tempore sani ita uixerunt, uerisimile fit, in eadem quiete reliquum uitae cursum ipsos sanos peracturos; ex aduerso uerendum esse, ne ijdem aegritudines diuersas incurrant; siquidem permutantes in contrarium uiuendi rationem, & alia ipsi consequentia in contrarium statum permutari, necessarium uidetur. Huiuscemodi ergo rationibus inducti, isti constanter affirmarunt, consuetudinem non debere mutari, & ideo solitos exerceri exercendos esse, & solitos quiescere in quiete permanere debe-

re.

A re. Sed, ut dixi, licet hi minus culpandam sententiam secuti sint, attamen neque ipsi erroribus caruerunt, quia Hippocrates in omnibus ad inassueta transeundum esse iudicauit, ne quando ad illa descendere coacti grauiora damna patiamur, quod magis agendum est, quando illa, quae consueta sunt, nimis perniciosa exsistunt, qualis est consumata ab exercitationibus cessatio, unde Hippocratis citata auctoritas in eo sensu accipi debet, ut uoluerit, quemadmodum & nos, uelimus, nolimus, assentiri cogimur, assueta insolitis minus turbare, neque propter hoc interdixerit, quin ad insolita quandoq. transeundum sit, & praesertim cum assueta ualde praua sunt, & inassueta multo meliora. Primae itaque rationi respondemus, assumptum falsum esse uniuersaliter intellectum, quoniam si cuti multi consuetudinem naturae eorum cõuenientem induunt, 2. Aph. 56.

B ita quamplures uel dulcedine allecti, uel negligentia, aut alijs detenti studijs, uel prae nimia stupiditate sese laedi non sentientes, in malis consuetudinibus, & naturae ipsorum inimicis persistunt; quemadmodum faciunt quiescendo & assueti, & dediti, qui quietis uoluptate delibuti non sentientes offensionem ei assueuerunt; non autem quod eam tamquam sibiipsis conuenientem elegerint, nimirum quam iam ante hominibus cunctis inimicam probauimus. Ad secundam uero rationem dicimus, naturam profecto, & consuetudinem parum differre; haud tamen sequi ex hoc, quod numquam consuetudo mutari debeat: quandoquidem si medici naturas prauas, idest naturales intemperies emendare, in meliusq. permutare omni arte contendunt, ut sanitatem, & habitum bonũ corpori ingenerent, cur item pessimae consuetudines ab illis in ho-

C nestiores, & salubriores permutari nequeant, ignoro; eo praesertim quod facilius exsuuntur, quae consuetudine fuerunt contracta, quam quae a principio ortus a natura tradita. accedit huic, quod otiandi consuetudo perniciosa est, quia (ut dicebat Celsus) potest incidere laboris necessitas. Tertiae praeterea rationi opponimus eos, qui in prauis consuetudinibus persistunt, tametsi ob iucunditatem non aduertant, perturbari, ut innuere uoluit Hippocrates, dum haudquaquam inassueta deteriora non turbare, sed minus turbare dixit; neque propter hoc laudari, & probari debere, quod multo tempore in similibus consuetudinibus uitam sanam traduxerint: quoniam sicuti dicebat Galenus, illi, qui cibis mali succi uictitant, longo tempore malignitatem intus alentes, tandem qualibet uel minima occasione pessimos morbos incurrunt, similiter quoque in pessimis consuetudinibus perseuerantes saepenumero Lib. 1. Cap. 3. 1. de alim.

intus malos habitus concipiunt, quos per aliquod tempus non percipiunt, quousque humores praui otio nutriti & supra modum aucti incurabiles, & molestissimas aegritudines inducunt. Quamobrem elaborandum est uniuersis sanam uitam optantibus, ut malae consuetudini innutriti minime se uoluptate, atque damni ignorantia decipi sinant, immo quamprimum ab ea recedere, paullatim tamen, & ut dixit Hippocrates ἐκ περιαγωγῆς studeant, illud pro comperto habentes potius cum aliqua molestia permutandas esse perniciosas consuetudines, quam in illis cum delectatione persistendum. Atque haec pro male de exercitationibus sentientium refutatione dicta sufficiant. Tempus modo est, quae corpora exercitationibus accommodentur, quod tempus, & qui locus, demonstrare: sed antequam hoc aggrediamur, differentias, ut supra promisimus, ipsiusq. tractationis ordo expostulat, exercitationum breuiter percurremus. D E

De exercitationum differentiis. Cap. V.



QVICVMQVE ex antiquis exercitationum facultatem speculari, & scriptis tradere agressi fuerunt, tres primarias illarum differentias effecerunt, quarum aliam παρασκευαστικὸν γυμνάσιον siue praeuiam exercitationem, alteram ἀποθεραπευτικόν, tertiam simpliciter exercitationem nuncuparunt. Praeuia siue praeparatoria exercitatio secundum Galeni interpretationem erat motus quidam in mensura intra modum, in qualitate ipsa incitatior, ac celerior, quae non modo corporis motu, uerum etiam frictionibus, & unctionibus similibusq. aliis peragebatur, quaque ad curandam corporis raritatem, cogendamue laxitatem, ut plurimum post uenerem utebantur, quamuis etiam interdum uterentur ante alias grauiores exercitationes, quod proprium athletarum fuisse scribit Galenus, ne ab immodica quiete ad magnum motum perinde ac a contrario ad cōtrarium absque medio subitus fieret transitus. Ἀποθεραπευτικὴ exercitatio alia ut pars exercitationis, alia ut species a Galeno ponitur, atq. utraque erat motus quidam quantitate mediocris, tardus, & citra ualentiorem nixum subinde quietem interponens, modo frictionibus, modo ambulationibus, aliisq. huiuscemodi motibus factus, qui tum emolliendis exsiccatis a nimio labore corporibus, tum laxandis meatibus post grauiores exercitationes, post uigilias, post maerores inseruiebat; & proinde hic motus a Galeno extrema F

3. de tu. va. ca 2. 11. 12.
3. de tu. ua. cap. 8.
2. de tu. ua. cap. 3.
3. de tu. ua. cap. 12.
2. de tu. ua. cap. 12.

exer-

A exercitationis pars nominatus reperitur, quoniam fere semper post magnas exercitationes, ne ad contrariam quietem illico transgrederentur, ipsam adhibebant, ut pote qui ob tarditatem, & frequentem interpositam quietem medium inter exercitationem ualidam, & consummatam quietem teneret. Porro exercitatio simplex apud medicos gymnastas multas differentias habuisse legitur, alias ab extrinsecis, alias ab utendi rationibus, alias a motus ipsius tum quantitate, tum qualitatibus desumptas: quae ab extrinsecis accipiebantur, plerumque a loco nomen sortiebantur, quando uel sub dio, uel sub tecto, uel in mixta umbra, quam ὑποσυμμιγῆ Graeci uocant, exercitatio peragebantur: item quando aut locus erat calens, aut frigidus, aut media temperie, & praeterea aut plane siccus, aut humidus, aut medio modo attemperatus. Differentiae ab 2. de tu. ua. cap. 8.

B utendi rationibus acceptae huiuscemodi exstiterunt, quoniam aut continuus erat motus, aut intermissus, etsi continuus, aequalis, uel inaequalis; sin intermissus, aut certo ordine, aut citra ordinem, praeterea uel sine puluere fiebat, uel cum puluere, atque eo alias multo, alias modico; similiter agebatur uel sine oleo, uel cum oleo, atque ipso alias exiguo, alias multo. Quae autem ab ipsius motus quantitatibus acceptae inueniuntur differentiae, tales sunt, quod exercitationes uel multo tempore durabant, & multae dicebantur, uel breui, uel mediocri, atque paucae & mediocres uocabantur. Differentiae a motus quantitatibus desumptae illae quoque fuerunt, quae a ui motrice accipiebantur: nam si uis magna erat, magna exercitatio; sin parua, parua; sin mediocris, mediocris appellabatur. Porro a qualitatibus ita differentias a Galeno captas in- 2. de tu. ua. cap. 8 & cap. 10.

C uenio, quod aut in breui tempore multum spatij metiebatur exercitatione, siue breue spatium saepius in modico tempore terebatur, atque haec exercitatio celer, acuta, & uelox nuncupabatur, qualis cursus, umbratilis pugna, achrochirismus, lusus paruae pilae, & coryci, ἐκπλεθρίζειν, πιτυλίζειν, & quae in palaestris actitabantur humi circum uolutationes; aut multum temporis in breui spatio insumebatur, tardaq. & lenta exercitatio talis motus nominabatur, ut lenta ambulatio, uectatio in lectica; aut in mediocri tempore mediocre spatium, siue breue pluries mouendo peragebatur, sicque mediocris exercitatio euadebat: praeterea magnarum alia praeter uim celeritatem quoq. adnexam gerebat, & σφοδρὸν γυμνάσιον idest uehemens, robustaq. exercitatio dicebatur, ut celeriter fodere, discum mittere, sine intermissione saltare, graue telum iaculari, continuatis quam maxime ictibus, nec non graui armatu-

ra celeriter agitari; alia sine uelocitate fiebat, & εὔτονον γυμνάσιον, D
idest ualens exercitatio uocabatur, sicut fodere, per accliuia ambulare, quatuor equos habenis simul coercere, funem manibus apprehensam scandere, halteres, omnesq. Milonis exercitationes. quod enim uehemens, & ualens exercitatio communi nomine magna di-
cō.1.aph.6 ceretur, ex his intelligere licet, quae Galenus sexto popularium morborum scripta reliquit, ubi inter enumeratas exercitationes & equitationem magnam uocauit. Similiter & paruarum alia cum aliquali uelocitate fiebat, & remissa siue ἔκλυτος uocabatur, alia sine ulla celeritate, & ἀμυδρὸς siue languida aut imbecillis dicebatur, ex quibus duobus generibus erant uectationes in sellis, lecticis, nauibus piscatorijs, & similes gestationes: alia neque uehemens, ualens, remissa, languida, sed harum omnium media erat, mediaq. & mediocris appellabatur, quales moderatae equitationes, & mo- E
deratae ambulationes. Repetentes igitur has, & tot fuisse exercitationum differentias dicimus, praeuiam, apotherapeuticam, & simplicem; simplicium alia sub dio agebatur, alia sub tecto, alia in mixta umbra, alia in loco frigido, alia in calido, alia in humido, alia in sicco, alia in horum medio, praeterea aut erat perpetua, assiduaque & uel aequalis, uel inaequalis, aut intermissa, & uel inordinata, uel ordinata, aut cum puluere multo, uel exiguo, aut sine puluere, aut cum oleo modico, uel multo, aut sine oleo, aut multa, aut minor, aut mediocris, aut uelox, celer, & acuta, aut tarda, & lenta, aut mediocris, aut magna, & siue uehemens, robustaque, siue ualens, aut parua, & uel remissa, uel languida, & imbecillis, aut media. Supersunt modo dubitationes duae soluendae ex dictis nostris subortae, prima est, quod exercitationum differentias partien- F
tes aliam uehementem, aliam remissam, & paruam effecimus, cum
2. d tu.ua. cap 2. & 2. aph.cō.16. tamen Galenus apertissime scriptum reliquerit, non omnem motum esse exercitationem, sed uehementiorem. Secunda est, quod inter ceteras exercitationes fodere collocauimus, quem laborem Galenus non exercitationem simpliciter, sed exercitationem simul & opus esse iudicauit. Primae dubitationi facile respondetur, exercitationem communiter acceptam a nobis in tot differentias fuisse partitam, Galenum uero non hanc motum uehementem esse definiuisse, sed potius exercitationem proprie uocatam; & propterea nullo modo sententia nostra illius sententiae repugnare uidetur. sed si quis adhuc a nobis sciscitaretur, numquid exercitatio propria ullas differentias habeat paruitatis, magnitudinis, & huiusce modi, huic ita satisfactum iri uolumus, exercitationē propriam,

quam-

A quamquam ex se uehemens motus semper exsistat, nihilominus alteram alteri, atque etiam sibi comparatam, modo paruam, modo magnam, modo debilem, modo robustam nuncupari. Nam lusus pilae magnae, & lucta sunt proprie exercitationes, quae si alias remissius, alias intensius ab eodem agantur, nunc magnae & intensae, nunc paruae & remissae uocabuntur: pariter hae eaedem exercitationes iuueni non admodum ualido magnae, & uehementes erunt, si laboriose fiant, at in robusto athleta respectu habito paruae & remissae apparebunt. Pro secundae dubitationis solutione dicimus, proprium rerum characterem ut plurimum a finibus donari, & proinde easdem res, prout uarijs finibus aguntur, uarios characteres, uariaq. nomina obtinere: si enim temperaturas corporum humanorum gratia tantum sciendi quis contempletur, sciens & B philosophus naturalis uocabitur; sin gratia eas uel conseruandi, uel corrigendi speculetur, & artificis, & medici nomine erit dignus. Idem plane dicendum est de fossione, cuius finis si sit terrae cultura, & fructus perceptio, opus proculdubio, & labor ipsa uocanda erit; sed si finis dumtaxat exsistat, corpora ad ualetudinem exercere, profecto exercitatio uocari debet, quo pacto nos intelleximus, quando inter exercitationes alias fodere recensuimus. & quod de fossione diximus, idem quoque de similibus, quae opera uidentur, intelligi debere uolumus: Nam Pittacus ille Mitylenaeorum Rex mola tundere solebat ἐνεργῷ (inquit Clemens Alexandrinus) γυμνασίῳ χρώμενος. Quin noster Galenus de seipso refert aliquando hieme in agro deprehensum esse, dum ligna finderet, hordeumq. in pila tunderet, & degluberet, aliaque exercendi dumtaxat cor- 2. de tu. ua cap. 8.
C poris gratia faceret, quae opera quotidie agrestes agere solent. Hoc idem Martialis poeta factitare se solitum fuisse, hisce carminibus insinuat. Lib 4.

Rure morans quid agam, respondeo pauca, rogatus
Luce Deos oro famulos post, arua reuiso,
Partibus atq. meis iustos indico labores,
Inde lego, Phoebumq. cio, musamq. lacesso,
Hinc oleo corpus frico, molliq. palaestra
Stringo libens animo gaudens, ac fenore liber
Pondero, poto, cano, ludo, lauo, ceno, quiesco,
Dum paruus lychnus modicum consumit oliui,
Haec dat nocturnis mox lucubrata camoenis.

Vnde patet, multa alio fine opera, alio exercitationes uocari, & ob id non ignoranter fossionem a nobis atque etiam a Galeno, &

& Antyllo inter corporis exercitationes enumerari. Iam ad alia D transeamus.

De corporum morborum & sanitatis generibus. Cap. VI.

POSTQVAM aduersus male de exercitationibus opinantes disputando neque omnia corpora hominum exercenda, neque omnibus interdicendas exercitationes esse, demonstrauimus: aequum est iam, quae corpora exerceri conueniat, docere. Tria enim a medicis corporum genera esse traduntur, aegra, neutra, & sana; quorum tametsi multae factae sint species, atque differentiae; nos tamen, qui aliud intendimus, solum has tres corporum species accipiemus, ea scilicet quae praesenti ualetudine fruuntur, atque operationes illaesas habent, licet E alioqui nec perfecte sana, nec undequaque temperata uideantur; ea, quae infirma sunt, ac uel iam decumbunt, uel ita operationes sensibiliter offensas habent, ut nullo modo opera sanorum obire ualeant, ea quae ueluti inter utraque haec media posita ab auctoribus medicinae ualetudinaria nuncupantur, quaeue nec prorsus aegra, nec omnino sana nostris sensibus apparent. His itaque sic constitutis tertium aliud animaduersione dignum succedit, quod tria quoque exstant morborum genera, primum in intemperie positum, secundum in mala formatione, tertiũ in continuitatis solutione. Morbus in intemperie oritur, quando totum corpus (sub nomine corporis intelligo & humores, & spiritus, & membra solida) siue illius pars aliqua aut immoderate calefit, aut frigefit, aut humectatur, aut exsiccatur, uel simul frigefit, & exsiccatur, uel frigefit, F atque humectatur, uel calefit & humectatur, uel calefit atq. exsiccatur. his namque omnibus totum illud morbi genus continetur, quod intemperiem uocarunt medici; quam alias simplicem, alias cum humorum affluxu nuncupasse reperiuntur, sub appellatione simplicis eam intelligentes, quae suapte natura citra alterius affectionis societatem corpus interturbat; sub nomine uero intemperiei cum affluxu nihil aliud insinuantes, nisi intemperiem, quae & ex se, & una cum affectione ab humoribus oriente, ut pote inflammatione, timoreue aliquo corporis operationes laedit, & sanitatis statum e medio tollit. Morbus in praua formatione generatur quotiescumq. corpus, seu corporis pars debita figura caret, aut debita quantitate, aut iusto numero, ant conueniente situ. Morbus in solutione continuitatis efficitur, quando pars aliqua, seu aliquod cor-

poris

A poris membrum a natura unum factum diuisionem patitur, siue talis diuisio intrinsecus, siue extrinsecus proficiscatur. Tot itidem modis sanitas morbo contraria constat, nimirum quae intemperie, in optima formatione, in unitate partium, essentiam atque consistentiam propriam obtineat. Nam de singulis istis τύπῳ ac in uniuersum sermonem habuisse sufficit, cum illi, qui haec lecturi sunt, si magis exquisitam eorum cognitionem habere optabunt, libros medicorum perscrutari queant, neque a nobis haec diligentius pertractata requirere debeant, qui alijs studentes extra propositos limites nimis diuagari non possumus: sed iam quae ex antedictis corpora exercitari, conueniant, examinari cogimur.

An corpora aegra ullo pacto exerceri conueniat. *Cap. VII.*

B



DVBITATVM fuit antiquissimis usque temporibus, an, sicuti corpora sana, ac ualetudinaria ad augendam, confirmandam, conseruandamq. ualetudinem ab exercitationibus non exiguam commoditatem capiunt, ita quoque aegra corpora aliquo pacto exerceri ualerent, quo tam ad leniendas aegritudinum molestias, quam ad recuperandam sanitatem uti liceret. Inter eos qui infirmos exerceri debere asseuerarũt, primus exstitit Petronas, deinde Prodicus siue Herodicus, qui cursibus, & luctationibus febrientes interficiebat, ambo ab Hippocrate in tali dogmate uehementer damnati. Petronam imitatus posterioribus saeculis Asclepiades ut hominum fauorem aucuparetur, non modo languentibus uarias exercitationes ad uoluptatem potius, C quam ad sanitatem spectantes indulgebat, uerumetiam (quod elegantissime scripsit Celsus) cubantis quoque luxuriae subscribebat: ut non sine magna ratione Plinius deinde Asclepiadem iucundum curandi modum calluisse praedicauerit. Qui praeter hos simili sententiae haerere maluerunt, Aesculapium dixerunt ita uocatum: παρὰ τὸ ἀσκεῖν ἠπίως τοὺς νοσοῦντας: idest, quod aegrotos suauiter exerceret, quando prius ἤπιος uocabatur. Ex altera parte, non defuerunt, qui neminem aegrotum exercendum esse, sed cunctos in quiete contineri debere, asseruerunt. Inter hos medij Galenus, Herodotus, Antyllus, Aetius, & Auicenna quemadmodum ab omnibus aegris non simpliciter exercitationes amoueri uoluerunt, ita nec ijs placuit, quoscumque quouis motus genere exercitari, sed & in aegris ipsis, & in exercitationibus eligendis magnam distinctionem, & curam habendam esse iusserunt; ut quod morbosum corpus,

6. Epid.

pus,

pus, qua exercitatione, & qua quiete indigeat, ne ullas perturbationes, motionesq. sustineat, optime pernoscatur. Quocirca secundum istos corpora, quae immodica intemperie calida laborant, nullis uehementibus, remissisue exercitationibus accommodantur, quod calor, qui diminui debet, ab illis potius augmentum suscipit; quemadmodum Galen. de Primigene summa caliditate laborante narrat, qui nedum, a uehementioribus exercitationibus, immo & ab exiguis deambulationibus in porticu ante balneum factis magnopere laedebatur. unde merito condemnandus est Asclepiades Prusiensis, qui in ardentibus febribus referente Celso gestationibus utebatur, in alijs uero febribus, & morbis medicamenta, ac uomitiones tollens, inedia, siti, uigilia, luce primis diebus aegrotantes instar tortoris, excruciabat, alijs autem diebus ambulationibus, gestationibus, balneis, lectulisq. pensilibus exercebat. In his etenim Galeni & Antylli sententia exstat, acuta febre laborantes ab omni motu remouendos, in longis febribus, atq. morbis (quos omnes nonnulli ex antiquis medicis aliptarum officio transmittendos, ut refert Coelius Aurelianus, falso crediderunt) ubi accessio urget, nullo pacto exercendos, at in interuallis decubitum non semper conferre, immo aliquando utiles esse motiones, exercitationesque; quod innuisse Hippocratem arbitror, dum in septimo epidemiorum dicebat, aliquos inueniri infirmos, qui ne penitus torpeant, a lecto expellendi sunt. quod item innuere uoluit Aristoteles libro moralium Nicomachiorum decimo, ubi scripsit febricitantibus in uniuersum diaetam, atque inediam conferre, alicui tamen forte non ita conducere. Qui praeterea corpus aridum, ac insigniter exsiccatum habent, si exerceantur, aridiores euadunt, & ideo illis quies apprime congruit, quam humectandi uim possidere nemo ignorat, quamq. Hippocrates dum calidis naturis conuenire scribit, nec immodice calidas intemperies intelligit, nec auctore Galeno quamlibet motus sed uehementioris tantum cessationē, sicuti nos hic de siccis corporibus intelligimus, quae gestationibus, & uectationibus aliquibus, at nō magnis motibus exerceri possunt, dummodo uires permittant, exercitationesq. moderatae sint; alioqui sicut ex moderato motu calor exsurgit, excitaturq., nec non humores paulatim euanescunt; pariter ex immodico calor infirmus extinguitur, humiditatesq. magis diffunduntur. Corpora item calida, & sicca immoderate nullis exercitationibus aptantur, minus quoque calida & humida, nempe quae grauiori quam cetera morbo subijciantur, maioriq. cura opus habeant, Frigida porro simulq.

[Marginal notes: 5. de tu ua. cap. 11. — Li. 2. c. 14. — In prohe. lib. chron. pass. — Cap. 16. — Loc citat.]

[Margin letters: D, E, F]

sicca

A ſicca corpora uel nullis exercitationibus, uel minimis & ualde remiſsis exerceri debent, cum ſemper praeter morbi peculiarem afflictionem imbecilles uires habeant, Exercitationibus non ita offenduntur corpora frigida, ſicuti neq. humida. At frigida & humida aliorum omnium maxime exercitationes ſuſtinent; quod motus exſiccando, & calefaciendo ueluti quoddam remedium ſit, modo tamen non extra modum adhibeatur. Atque haec omnia dicta intelligantur de illis aegrotis duntaxat, qui uniuerſum corpus imtemperatum habent, quoniam ſi quis in ſola corporis parte membroue, aut in pluribus intemperiem patiatur, repeririq. poſsit modus, quo partes ſanae citra aegrarum offenſionem exerceantur, proculdubio huic aegroto exercitatio magis accommodata erit; quippe quae ſanarum partium habitum bonum confirmans, infirmis etiam conſe-
B quentia quadam auxilium praeſtet. Colligentes igitur dicimus, nullum corpus intemperie quauis laborans magna & uehementi exercitatione gaudere; ſed aliquod reperiri, cui exercitationes exiguae, & ualde moderatae auxilium afferant interdum. quales uero exercitationes ſint illae, & qualibus in morbis, atque corporibus unaquaeque congruat, in ſequentibus libris declarabimus, ubi particulares ſingularium exercitationum facultates uberius enarrabimus. De morboſis ob malam formationem corporibus ſimili prope uia determinari debet, modo illi non a generationis principijs, ſed nuper & caſu (ut ita dicam) ortum duxerint. Haec etenim ſiue totam corporis figuram deprauatam, ut in leucophlegmatia, ſiue partem aliquam deformatam habeant, niſi affectus alij impedientes aſſocientur, ab exercitationibus utilitatem capiunt, nempe quae &
C cótorta dirigere, & aſpera lenire, & tumida deprimere, & depreſſa eleuare, & oppleta exinanire, & exinanita explere & obſtructa aperire queant. Ad haec morbos in quãtitate genitos nó raro exercitationes tollere conſueuerunt, quandoquidem uniuerſalem corporis molem auctam nihil eſt, quod magis auferat, quam exercitationes uehementes, & ueloces ieiunis adhibitae: quas carnes, & ſuccos detrahere dixit Hippo. & poſt ipſum Galenus. hoc namq. remedio Nicomachum Smyrnaeum, qui adeo craſſitie creuerat, ut neque podicem manibus tangere, neque corpus mouere poſſet, ab Aeſculapio curatum eſſe, mihi uerisimile uidetur: ſimili modo extenuata, & gracilia corpora nihil aeque ad carnoſum, & bonum habitum reſtituit, ac tarda & lenis exercitatio, quae concoctiones omnes inſigniter adiuuans efficit, ut nutrimentum perbelle diſtribuatur: ſicque macie affecta corpora probe nutrita carnem, ac pinguedinem acqui-

Lib. de ſal. diaeta.
In 6. epid. cõ. 3. Aphoriſ. 2.
Galen. de dĩijs morborũ. c. 9.

acquirant: ita sane se multos & toto corpore, & cruribus extenuatos curasse, gloriatur Galenus, sicut item Germanicum, a tenuitate crurum, equitationis beneficio, liberatum alias diximus. Corpora subinde, a morbo in numero correpta, siue is superfluus, siue mancus sit, exercitationes ex se minime recusant, & tunc praesertim quando similis morbus haud est innatus, ueluti in lapillis renum, qui ex uehementi motu concussioneque ab angustis renum uijs ad latiores, tandemq. ad ipsam uesicam descendentes magnas aegrotis molestias adimunt. Corpora uero aegritudine in situ laborantia, modo non ab ortu, nullum fere exercitationis genus admittunt, quod membra dum proprium locum, atque situm amiserunt, non modo reponenda sunt in propria sede, uerumetiam postquam reposita fuerunt, tandiu ab omni motus genere arcenda, quoad optime confirmata pristinum habitum repararint, alioqui si mouerentur, maiori nocumento afficerentur. quo fit, ut hac infirmitate capti maiori ex parte exercitari non debeant. Atque haec de secundo morborum genere mala formatione scilicet laborantibus corporibus dicta sufficiant. Remanent corpora tertio genere morborum continuatis uidelicet solutione correpta, quae solutio uel in cute, uel in carne, uel in ossibus, uel in neruis ac huiusce generis similibus contingere solet, atque modo sola, modo febribus associata; ubi corpus aliquam ex his solutionem febri associatam habet, nullo modo exerceri debet, quandoquidem, si raro febricitantibus exercitationes conueniunt, quanto minus conuenient ubi alijs morbis turbabuntur? Quod si citra febrem sola continui solutio adsit, eaq. sit in parte nobili, atque uitae maxime necessaria, ueluti cerebro, uentriculo, iecore, ac similibus, proculdubio exercitationes quaeuis maxime nocent, nempe quae & spiritus parti affectae necessarios ualde distrahant, & humores omnes tunc agitent, quando firmos & quietos esse conueniret, ne ob eorum affluxum morbus magis incrudesceret. Alia membra ignobiliora si patiatur continuitatis diuisionem, poterunt aegri mediocriter exerceri, modo nec insignis sit affectus, nec pars laborans exerceatur. Sunt nonnulli hac aegritudine capti, qui non paruam utilitatem a moderatis, immoderatisque exercitationibus percipiunt, quales scabiosi, quorum cutis cum ab humoribus salsis & acutis discindatur, ex motu uehementi efficitur, ut humores illi tam per sudorem, quam per occultam transpirationem euacuentur, atque ipsis euacuatis a morbo liberentur. Quamobrem acri iudicio diligentiq. animaduersione in his omnibus opus est, quo optime cognoscatur in quibus

In. 6. epid. com. 5.

Secūdo de tempe. 3. & 2. de tu. ua.

D E F

A bus morbosis corporibus congruant exercitationes, & in quibus minus habita semper prae oculis uniuersali hac ratione, cuius ductu rarissime contingunt errata, possuntque particularia ita dirigi, ut numquam loco auxiliorum damna succedant.

De corporibus ualetudinarijs, & senilibus exercendis.
Cap. IIX.



VAMVIS apud medicos (ut supra diximus) inter corpora aegra atque sana reponantur neutra, illaq. in multiplices differentias partiantur, quia tamen parum ad nostram tractationem pertinent, eorum loco ualetudinaria statuemus, cum quibus comprehendi uolumus tum omnes il-
B los, qui recenter a morbis, ac decubitu euaserunt, nec dum perfecte antiquum habitum recuperarunt; tum senes plerosque, nempe quos Galenus eodem modo, quo ualetudinarios, curari debere praecepit; nec absque ratione, siquidem senectus, auctore Aristotele, est quidam naturalis morbus. unde, qui sunt aetate graues, eam uiuendi rationem sustinere nequeunt, quam sani perferunt. Ergo ualetudinarijs illis, qui mox a morbis euaserunt, inter cetera remedia pro integra ualetudine ipsis accommodata praecipua est corporis exercitatio a qua membra eorum firmantur, humorum reliquiae inaniuntur, calor excitatur, & denique totus corporis habitus restituitur. Est tamen omne studium adhibendum, ut a principio lenes, breues, tardi, ac remissi motus exsistant, deinceps, prout uires magis inualescunt, similiter & magnitudo ac longitudo
C exercitationis augeatur, tandemq. in mente illud ἐκ περιαγωγῆς tantopere ab Hippocrate decantatum semper habendum erit, ne ob importunum ab extremo ad extremum transitum maiora errata committantur, & pro uirium restitutione imbecillitas maior, siue prostratio succedat. proinde merito damnandus uenit Auerroes, qui morbosa corpora quotidie exercenda esse usque ad sudoris initium, atque anhelitus eleuationem nimis libere consuluit: ita enim uehemens exercitatio tantum abest, ut ualetudinarijs, siue morbosis (quemadmodum ipse uocat) ullum effatu dignum beneficium praestet, ut potius uires adhuc debiles magis consternet, caloremq. natiuum ex morbo uix reuiuiscentem fere exstinguat, aut saltem insigniter hebetet; siquidem bonus est in conualescentibus, sed exiguus (ut scribit Galenus) sanguis, atque una cum ipso spiritus uitalis, & animalis; ipsae uero particulae solidae siccio-

5. de tu. ua. cap. 11. & in arte medi. cap. ult.
5. de gener. aial. ca. 4.
6. collec. cap. 6.
In arte medic. ca. ult.

res, & consequenter eorum uires sunt imbecilliores, atque earundem ratione corpus uniuersum frigidius. unde ad emendandam huiuscemodi indispositionem necessaria sunt quaecumque probum atque securum exhibent alimentum; & praeter haec moderati motus, quales uehicula, ambulationes lenes; non uehementes motus, qui sicuti solidas partes arefactas ficciores reddunt, ita calorem diminuunt, & uires imbecillas consumunt. Ceterum senes, quorum aetas plurimam ob caloris defectum excrementorum copiam coaceruat, exercitationibus magnopere gaudent, tum ad expurganda huiuscemodi recrementa, tum etiam ad conseruandam atq. placidi cuiusdam uenti instar excitandum, accendendumue calorem, qui secus nimio torpore exstingui periclitaretur. Attamen in praescribendis senum exercitationibus quatuor animaduerti debent, uires, corporis affectus, consuetudo, & uitia particularia, quae plerumq. senum corpora infestare solent. ratione uirium, quas senes semper imbecilliores habent, acutas exercitationes, uehementes, & multas quae corpus siccant, extenuat, & infirmant, maximopere cauere debent, sequi uero mitiores, quales sunt gestatio, ac intra lassitudinem inambulatio. Prodicus enim qui ualetudinis studiosissimus exstitit, & ob id (Aristotele auctore) ea omnia, quibus ceteri cum uoluptate utuntur, recusauit, iam ingrauescente aetate (ut refert Plato in Phaedro) Athenis ad Megarae moenia ibat, indeq. domum reuertebatur. quae exercitationis mensura haudquaquam omnibus senibus accommodari posset, cum Plato ipse eum & sibi, & alijs nimio exercendi studio molestiam peperisse dicat. Antiochus pariter medicus, annos natus plusquam octoginta, quotidie fere, ut scribit Galenus, domo ad forum stadiorum trium spatio, atque interim ad uisendos aegrotos pedibus ambulare solebat. quod si ei longius ire necesse erat, sella, aut uehiculo utebatur. Ad haec narrat Plinius secundus, Spurinam uirum in uiuendo maxime prouidum, quique, aurium, & oculorum uigore integro, nec non agili ac uiuido corpore, septuagesimum septimum annum attigit, hanc regulam constantissime seruasse, ut mane lectulo contineretur, hora secunda indueretur, ambularetq. millia passuum tria, mox legeret, uel colloqueretur, deinde consideret, tum uehiculum adscenderet, peractisq. ita septem millibus passuum iterum ambularet mille, iterum resideret, uel se cubiculo, aut stylo redderet; ubi hora balinei nunciata foret, quae erat hieme nona, aestate octaua, in Sole, si caruisset uento, ambularet nudus, deinde pila moueretur, uehementer, & diu post modum lotus accumberet,

Margin letters: D, E, F. Marginal note beside "nis studiosissimus": 1. Rhe. c 5.

&

A & paulisper cibum differret. Ob totius corporis affectum exercitationes senum in hunc modum determinari debent, quoniam corpus optimi status, sicut in iuuentute ad uehementissimos quosque labores idoneum maxime est, ita in senecta se habet ad omnes mediocres, qui uero senes aut crassis sunt cruribus, aut lato pectore, aut cruribus, ultra quod par est, gracilibus, aut quorum corpus exiguo est thorace, aut admodum angusto, aut ualgum est, uarumue, aut alio quouis pacto a mediocritate recedens, id ad eas omnes exercitationes ineptum redditur, quae uitiosa membra magis offendere, quam iuuare possunt, ut uociferatio thoracem, ambulatio crura, & similiter. Iam uero consuetudo maximam sibi uindicat partem ad exercitationis speciem deligendam, quando Hippocrates dixit, eos, qui soliti sunt labores ferre, etsi fuerint imbecilles, uel
B senes, non consuetis, fortibus, atque iuuenibus solitos facilius ferre. nam sicuti consueta minime lassant, quos exercent, immo etiam delectant, pariter insueta tum molestiam adferunt, tum laxant. Senes igitur omnes consuetis laboribus exercitari debent, sed tamen uehementia eorum remissa, quia, si corpora senilia uigorem, calorem, robur, & omnia denique diminuta habent, iuuentutis respectu exercitationes quoque minores requirere, rationi consentaneum est. Vltimo uitia corporum senilium propria exercitationum ipsis nequaquam conuenientium genus demonstrabunt. quae enim ex leui caussa, a uertigine, comitiali morbo, graui ophthalmia, auditus imbecillitate capiuntur, exercitationes caput offendentes euitare necesse est: similiter & in omnibus alijs affectibus, non solum senes, uerum & cuiusq. aetatis homines ita se gerere debent, ut ijs exercitationibus sedulo abstineant, quae patien-
C tes partes magis exercere & perturbare natae sunt. Sic itaq. de ualetudinarijs, ac senilibus corporibus exercendis statuendum erit.

De corporibus sanis exercendis. *Cap. IX.*



QVICVMQVE corporis exercitationes sanitati inutiles minime reputarunt, in sanis eas prae ceteris commendandas esse dixerunt, tamquam necessarium prope existat, si exercitationes ad bonum habitum comparandum, atque ualetudinem conseruandam non ignobile auxilium praestant, ut in sanis maxime adiumentum ostendere posint. Hoc tamen uerum est, antiquos medicos multas sanorum corporum differentias effecisse, inter quas primum locum obtinet cor-

pus illud perfecta sanitate praeditum, quod mensura, & regula ceteris positum fuit, potiusq. mente designari, quam in ulla regione re ipsa inueniri potest: etsi Galenus multa corpora temperata in sua regione inueniri memoriae prodiderit. De tali namque corpore nullibi exsistente sermonem non sum habiturus, sed de illis tantum agam, quae ita praesente sanitate fruuntur, ut ualeant sine ulla molestia cunctas illas actiones obire, quae communiter ab omnibus exercentur. cum enim medicus artifex sensilium rerum exsistat, quae sensui sese produnt, & non quae sola cogitatione comprehenduntur, tractare debet. Haec itaque corpora sana, quoniam quotidie comedunt atque nutriuntur, necessario multa excrementa generant, quae nisi continuo a corpore per exercitationes educantur, tandem prauas dispositiones ingenerant: unde prudenter scripsit Galenus, hominem, si utatur mediocri exercitatione, & bene concoquat, corpus a superfluitatibus mundum reddere. Verum enim uero in sanis quoque plurima consideratione digna sese offerunt tam ex parte exercitationum, quam ex parte exercitandorum. Ex parte exercitationum sciri debet, nullam exercitationem, nec uiolentam, neque immodicam esse debere, ut in libro περὶ μικρᾶς σφαίρας adnotauit Galen. & propterea exercitationes fossorum, & messorum nemini fere eorum conueniunt, qui prospera ualetudine fruuntur; celeres motus, & uehementes in robustis commedantur, qualis lucta, discus, pila, & huiuscemodi, eo magis si consueti fuerint; moderati omnes quibus uis fere aptantur. Porro ex parte corporum exercitandorum his mentem adhiberi oportet, consuetudini, aetati, habitui uniuersali corporis, particulari rationi, uiuendi, necnon temperaturae. De consuetudine saepius diximus etiam in omnibus obseruari debere, siquidem quae consuetae sunt exercitationes, licet sint aut nimis uehementes, aut nimis remissae, in assuetis maiorem utilitatem, atque delectationem pariunt; at si quis uel minus, uel plus quam consueuit interdum exerceatur, protinus molestia euidenter afficitur, ita non raro febres hac ratione contingere, scripserit Galenus dum exercitationes consuetae dimittuntur. Quod uero ad aetatem pertinet, iam diximus, prouectos, & senes remissiores quam ceteros, & pauciores exercitationes poscere; pueri, iuuenes, atque uiri motibus fere omnibus pro sua quisque aetate sufficiunt, modo aliud quid non prohibeat, aut modum corporibus priuatorum, & non athletarum conuenientem minime exercitationes transscendant. Iuuenes enim (dicebat Hippocrates, siue Polybus in primo de morbis) si plus consueto labo-

[Margin notes: 2. de tu. ua. cap. 7. — 6. aph. 28. — lib. de causis mor. c. 2. 1. de diffs feb. c. 2.]

[Margin letters: D — E — F]

A rent, conuulsionibus fortibus, & rupturis uarijs carnium, uenarumq. statim, & magis, quam senes tentantur; quod corpus robustum, & siccum habent, carnem densam, ualidam, ossibus tenaciter adhaerentem, cui circundata cutis ualde tenditur. quae omnia minus senibus insunt, & propterea illi rarius huiuscemodi malis capiuntur. De uniuersali autem corporis habitu sic determinandum censeo, quod pingues, & obesi, quanto magis exerceantur, tanto prosperiore sanitate utuntur, quando dicebat Aristoteles, a motu pinguedinem eliquari; quod si etiam exercitationes sint uehementes, atque acutae, nihil omnino nocebunt. Nam Hippocrates corpulentorum itinera uelocia debere esse uoluit: quin etiam Galenus inter cetera, quae ad extenuandum uirum illum obesum quadraginta annos natum administrauit, se cursum uelocem adhibuisse testatur. Contra Graciles in consummata fere quiete detineri postulat, quia sicuti corpulenti, & crassi cōtrarias habitudines ex contrarijs ortas habent, ita contraria pro ipsorum salute exposcere uidentur, alioqui magnopere laeduntur; sicq. aliqui sunt, quibus exercitatio prodesse iudicetur, ij proculdubio pauca, & ualde remissa opus habent. unde sapientissimus Hippocrates summa ratione iussit, ut graciles iter facturi lentis passibus incedant, quos item Mangones & Medici crassefacere uolentes, uirgis uerberabant, ut caro eleuaretur, & ad eam alimentum traheretur. Qui uero inter pingues, & graciles, uel εὔσαρκοι, siue quadrati, uel parum ad alteram partem declinantes exsistunt, si mediocriter, aut etiam uehementer, modo non immodice exerceantur, utilitatem insignem percipiunt; nimirum cum eorum calor ita magis conseruetur, superfluitatesq. quotidianae exhauriantur. De particulari membrorum habitu idem dicendum, crassas scilicet partes magis exercendas, tenues minus, nisi earum tenuitas ex nutrimenti distributione impedita, uel defectu proficiscatur: quo in casu, & exercitatio conuenit, & genus illud unguenti, etiam pilis auellendis a medicis excogitatum, Dropax uocatum, de quo Martialis lib. 3.

3. de partibus animalium ca. 9.

14. Meth. cap. 15.

B lib. de sal. diaeta. 10. aph. 1. de tu. ua.

de sal. diaeta. aph. 10.

C

Psilothro faciemq. lauas, & dropace caluam,
Nunquid tonsorem Gargiliane times? & lib. 2.
Laeuis dropace tu quotidiano,
Hirsutis ego cruribus, genisq.

Pariter, & partes omnes corporis mediae inter graciles, & grassas exercendae sunt. In ratione uiuendi hoc insuper animaduerti debet, ut, qui parum comedunt, parum exerceantur, iuxta Hippocratis legem, ubi fames laborandum non est; qui item uigilant, ab 2. aph.

exercitationibus arcendi, ne magis exsiccentur, neue molestiae mo D
lestia maior superaddatur, contra qui multum comedunt, multum
exerceri debent, quoniam dicebat Hippocrates, non potest homo
comedens sanus uiuere, nisi laboret: in talibus enim opus est mul-
to calore, ut multum concoquant, multus calor ab exercitatione,
1. de tu. ua. dicebat Galenus, facile suppeditatur, praeterea multum mandu-
cantes magnam excrementorum copiam aggenerant, quae nisi ma-
gnis, & multis laboribus diminuatur, in prauas dispositiones cor-
pus deducunt. qui similiter multum, & profunde dormiunt, mul-
tis quoque exercitationibus indigent, quandoquidem in istis per-
spirationes retinentur, atque adeo sanguinis copia partes exterio-
res deserit, subitq. interiora, ut adacto cultello non aeque efflue-
5. de histo. re ualeat, quemadmodum scribit Aristoteles, & ob id somnolenti
aīaliū. c. 19 omnes decolorati euadunt, unde hos satis exercitari necesse est, E
quo perspirationibus aditus patefiat, sanguisue ad exteriora seruan
da atque nutrienda reuocetur. Demum ob temperaturae rationem
sic de exercitationibus iudicium ferendum credo, ut sicci uel nihil
omnino, uel lente satis, & minimum laboriose exerceantur. nam
exercitationes, quas suapte natura exsiccare constat, si in siccis cor-
poribus adhibeantur, quin intemperiem augeant, nemo sanae men
tis dubitarit. Calidi quoq. & praesertim acri, ac mordaci calore
praediti exercitationes modicas requirunt, ne a motu plus aequo
4. Aph. 13. incalescant, ipsisque, ut scribit Galenus, solae in necessarijs actio-
6. epid. cō. nibus obeundis motiones factae sufficiunt. Vnde Aristoteles, quae
4. aph. 15. rens, cur alij sedendo pinguefiant, alij macrescant, ideo euenire di-
6. partic. Prob. 1. cit, quoniam alij frigidi sunt, alij calidi, alij excrementosi, alij non;
& qui calidi sunt, pinguefiunt sedendo, cum eorum calor sine mo- F
tu cibi concoctioni sufficiat, similiter & non excrementosi. Qui
uero excrementis abundant, & frigida temperie sunt, macrescunt
sedendo, quoniam a quiete eorum calor quasi torpescit; & ob id mi-
nus concoquit; pariter & excrementa non expelluntur, immo cre-
6. Epid. sect. 4. scunt. De calidis huiuscemodi Hippocrates sermonem habuit,
quando dixit: Ἐν θερμῷ φύσει ψύξις, ποτὸν ὕδωρ, ἐλινύειν, uideli-
cet, quod calidis naturis refrigeratio aquae potus & quies conue-
niunt; similiter & cum scripsit: ὁκόσους δὲ δίψαι λαμβάνουσι, τουτέοισι τῶν τε σιτίων, καὶ τῶν ταλαιπωριῶν ἀφαιρέειν, ijs scilicet minuen-
dum esse, & laborem & cibum, quos ob calorem infestat sitis. Ex
quo simul clarum efficitur, frigida corpora uehementer atq. mul-
5. partic. tum exercenda esse. Porro an humida ab exercitationibus iuua-
prob. 9. men percipiant, nō immerito dubitari posset; eo quod Aristoteles
scri-

A scriptum reliquit, corpora humida a labore suffocari, quia a caliditate motus humidum in uapores conuertitur, qui mox copiosi & feruidi effecti calorem natiuum suffocant: attamen ratio secus persuadere uidetur, quae demonstrat humida corpora excrementis abundare, & propterea ipsis labores ualidos congruere, tum ad exuberantem humiditatem consumendam, tum ad superfluitatum copiam adimendam. Quapropter, sicuti notat Petrus Apponensis, sententiam Aristotelis de illis intelligere oportet, in quibus quatuor concurrunt, ut sint humidi & calidi, ut humiditas sit multa, euaporabilis, atque circa pulmonem: tales enim si laborent, & multum exercentur, periculum est, ne humiditas a calore intrinseco acuto in uapores conuersa pulmonis, & cordis regionem occupando suffocationem inducat. Qui ab his humidam corporis tempe-
B riem possident, nullum nocumentum, quinimmo egregiam utilitatem ab exercitationibus & laboribus percipiunt; atque hac ratione ex mulieribus humida temperie in uniuersum praeditis illae saniorem, & minus molestam uitam degunt, quae diutius, & ualentius elaborant, & exercentur, sicut & eaedem apud quas gentes & in quibus locis laborare consueuerunt, facilius pariunt, ut scribit Aristoteles; neque uterum difficulter gerunt, cum labor ea recrementa cōsumat, quae in mulieribus otiosis, & sellularijs augentur. 4. de gen. aīaliū. c. 6.
Quaecunque uero corpora calida simul & sicca sunt, nullo pacto exerceri conuenit; quae calida & humida, exercitationem admittunt, at moderatam, non uehementem, non citatam: frigida & sicca ratione frigiditatis exercenda sunt, ratione autem siccitatis neq. celeres, neque ualidos motus requirunt, sed moderatos & potius
C lentos: frigida atque humida omnium maxime ab exercitationibus uehementibus, & uelocibus iuuantur, quippe quae superuacaneam humiditatem absumunt, & calorem natiuum excitant, augentque. Sic igitur de corporibus exercendis in uniuersum determinatum sit.

De locis in quibus exercitationes fieri debent. *Cap. X.*



TANTA est locorum uis, atque proprietas, quibus res in ipsis factae uarijs modis disponuntur, ut non modo plātarum naturae, sicuti Theophrastus scribit, non modo brutorum facultates, quemadmodum auctor est Aristoteles, uerum & ipsorum hominum corpora, atque animi, secundum Hippocratis & Platonis sententiam, prout in diuersis locis uel na-

scuntur, uel aluntur, diuersis atq. mirificis condicionibus afficiantur. Quapropter maximis laudibus digni sunt ueteres medici, qui in singulis fere eorum artis operationibus: locorum qualitates considerandas omni diligentia praeceperunt. Nam exstant loca, atque regiones, in quibus, si ea fiant, quae in alijs feliciter aguntur, contrarium prope finem consequuntur: id quod prae ceteris illi quoque magnopere spectare debent, qui uel sanitatis tuendae, uel boni corporis habitus acquirendi gratia propria, atque etiã aliorum corpora exercere uolunt: qui nisi in eligendis opportunis locis ualde mentem adhibeant, saepenumero dum iuuare credunt, non contemnenda damna, neque negligendas affectiones incurrunt. Circa itaque loci ad exercendum electionem tria praecipue magna consideratione digna occurrunt; Primum est, ut sit ab optimis uentis perspiratus, & a prauis obtectus: unde loca ad septemtrionem, & orientem, a quibus salubriores aurae perflant, posita occidentalibus, & meridionalibus continuo praeferenda erunt: illa enim neque immodico calore feruescunt, neque frigore, & humore situs contrahunt, nec perniciosis uaporationibus, a flatibus adductis, inficiuntur; haec uero praeter aestum & frigus intensum, quae modo uno tempore, modo altero inducuntur, insaluberrimas pespirationes uentorum ratione plerumque patiuntur. quod si loca haberi poterunt, quae uentorum tranquillitate fruantur, quaeq. prorsus temperata sint, qualem & Hippocratis, & suã patriam exstitisse refert Galenus, proculdubio haec cunctis praestabunt: alioqui maxime curandum erit, ne uehementissime saltem ibi uenti spirent, quod corpora sese exercentium a motu, atque calore aperta facillime uentorum incursus ad interiora admittunt, atque sic postea perniciosos affectus ingenti periculo concipiunt. Atque hac ratione a uentis, & optimo caeli situ desumpta factum puto, ut alij hiemales, alij aestiuas thermas exstruxerint: nam hiemales in transtiberina regione Aurelianum Caes. fecisse, auctor est Vopiscus, quae ad meridiem expositae solis radijs attẽperabantur, & proinde hiemalibus exercitationib. ualde accommodatae erant. Aestiuas uero aedificasse Gordianum Iuniorem, scribit Iulius Capitolinus, quae inter Coelium montem, & Esquilias positae opacitatem quandam blandam, & gratissimas umbras exercentibus se praebebant. Secundum in electione loci considerandum est, ut sit apertus, non conclusus, non opacus, quoniam, ubi liberior exsistit aer, minusq. constipatus, corpora in ipso exercitata agiliora, & uiuidiora redduntur, quam si in crasso, denso, & concluso exercerentur. Atque hinc est,

2. de tu. ua. cap. 7.

D E F

A est, quod (ut libro 2. diximus) inter loca deambulationibus destinata, Vitruuius, & Cornelius Cel. magis hypetron commendarũt, quam porticus & hypogaeum, sicut & Phaedrus apud Platonem in dialogo ipsius nomine inscripto ex sententia Acumeni medici, cuius etiam a Xenophonte celebris fit mentio, deambulationem, extra ciuitatem factam ei, quae in ciuitatibus efficitur, praetulit hisce uerbis: τῷ δὲ ἐμῷ καὶ σῷ πειθόμενος, Ἀκουμενῷ κατὰ τὰς ὁδοὺς ποιοῦμαι τοὺς περιπάτους φησὶ γὰρ ἀκοπωτέρους τῶν ἐν τοῖς δρόμοις εἶναι, idest, Meo autem & tuo obediens sodali Acumeno in uijs ambulationes facio: has enim dixit minorem lassitudinem parere, quam illas quae in cursibus aguntur. De hoc enim Platonis loco cum supra promiserimus, nos plura dicturos, iam occasio pollicita seruandi opportuna sese offert, eo magis quod Marsilius Ficinus, uir alioqui doctissi-

lib. de dic. fac. Socrati.

B mus, dum Phaedri sententiam esse credidit, ut faciliores sint ambulationes, quam cursus, duplicem errorem turpiter commisit; tum quia textus Graeci litteram, aut non intellexit, aut sine necessitate transmutauit, dum loco τῶν ἐν τοῖς δρόμοις, perinde transtulit, ac si textus habuisset τῶν δρόμων, tum quia Phaedro, & Acumeno ridiculam prope rem se adscripsisse non animaduertit: quis quaeso adeo insulsus, & ignarus est, quin cognoscat ambulare facilius esse, quam currere? Melius igitur Ianus Cornarius, qui nuper Platonem Latinum fecit, sententiam illam interpretatus est, cum Phaedrum fecerit dicentem salubriores esse ambulationes in uijs, quam in cursibus factas. quod ut accipiendum, atque intelligendum sit, uarias inueni doctorum hominum opiniones; alij namque arbitrati sunt, δρόμους siue cursus apud ueteres Graecos fuisse

C in urbibus uias planas, sed ob lapides stratos asperiusculas, & breues ita appellatas ob frequentiam hominum per eas ambulantium; eo pacto, quo etiam hodierna die apud multos ciuitatum uiae magis frequentatae Cursus nuncupantur. cui sententiae opitulari uidetur Hippocrates 5. Epid. ubi mentionem cuiusdam facit, qui prope cursum habitabat his uerbis: ὁ παρὰ τὸν δρόμον οἰκέων, τῆς νυκτὸς αἷμα ἐμέσας, idest, quidam prope cursum habitans nocte sanguinẽ euomuit, ὁδοὺς uero siue uias dixerunt fuisse quascũq. uias extra ciuitatem nulla arte fabricatas, nullis legibus stratas, sed inaequales, minime planas, & deniq. tales, quales uel natura, uel casu factae reperiũtur: atque ideo Acumenum magis ambulationem in uijs, quam in cursibus probasse: quoniam sicuti secundum Celsum, & ipso antiquiorem Aristotelem fortasse Acumenum in hoc secutum, τῶν περιπάτων οἱ κατὰ τὰς ὁδοὺς ἀκοπώτεροί εἰσιν οἱ ἀνώμαλοι τῶν εὐθειῶν. id-

lib. 1. ca. 2. 5. parric. Prob. 1. 37.

est

est ambulationum illae minus delassant, quae fiunt in uijs inaequalibus, quam rectis, cum ambulantes per loca plana, & aequalia semper ijsdem membris laborent, ambulantes uero per inaequalia toti corpori laborem magis distribuant, & iccirco minus defatigentur; ita ambulationes per uias factae, ut pote inaequales factis in cursibus nimirum aequalibus exsistentibus faciliores eadem ratione exsistunt. Alij dixerunt τοὺς δρόμους exstitisse loca quaedam tractu breui ambulationibus dicata, similia ijs, quae in palaestra antiqui ob ambulandi commoditatem aedificabant, quaeq. ἐπιδρομίδας uocatas tradit Vitruuius, & quorum clarissimam mentionem fecit Eupolis apud Laertium in Platone, ἐν εὐσκίοις δρόμοισι Ἀκαδήμου θεοῦ, id est, in ambulacris Academi Dei umbrosis. uias uero exstitisse illas, quas paullo ante ex praedictorum opinione indicauimus, & ob id Acumenum recte sensisse, dum ambulationes in uijs minus, quam in cursibus defatigare censuit; quandoquidem Aristoteles scriptum reliquit, eos ambulando magis defatigari, qui per uias breues euntes saepe ac saepius repetere coguntur, quam illi, qui longas uias perambulantes numquam repetunt, cum illi priores modo quiescentes, modo euntes ab inaequali motione perturbentur, quod minus istis euenire perspicuum est. Hos postremos melius ceteris sensisse, semper ego putaui, non tam quod ambulatio in uijs peracta eligibilior sit, quam in cursibus, tum ob rationes praedictas, tum ob liberiorem, & puriorem aerē, qui non in locis breuibus & occlusis, sed in uijs apertis crebrius infunditur: quam quod cursum ita Platonem in Phaedro intelligere, uerisimilius est, quando & in principio Theaeteti simili uoce in eadem prorsus significatione uti uidetur sub his uerbis: ἄρτι γὰρ ἐν τῷ ἔξω δρόμῳ ἠλείφοντο ἑταῖροί τε τινες οὗτοι αὐτοῦ, καὶ αὐτός, νῦν δέ μοι δοκοῦσιν ἀλειψάμενοι δεῦρο ἰέναι. id est, nuper enim & ipse, & isti eius sodales in exteriori cursu uncti sunt. Nunc autem uncti huc accedere mihi uidentur: quod idem innuisse uidetur Antyllus apud Oribasium. Atque hactenus de Platonis loci explicatione. Tertium circa capienda loca illis considerandum, qui ob sanitatem conseruandam, atque optimum habitum comparandum corporis exercitationibus operam nauant, est, ut omne studium adhibeatur, ne a finitimis regionibus ad exercitationis locum ulla labes emanare ualeat, quae aerem inficiens mox corpora exercitata spongiae instar quiduis recipientia labefactet: talia namque solent esse loca prope paludes, stagna, specus, lacus, syros, atque huiusmodi, quae sedula, & ingenti cura semper euitare oportet. Eadem ratione

D

E

F

5. partic. Prob. 1.

A tione & loca secundum mare ad meridiem aut occidentem spectantia fugienda erunt, quoniam, Vitruuio auctore, caelum meridianum per aestatem sole exoriente calescit, meridie ardet, unde exercitari sine magno incommodo nemo ibi potest. Quod si superbissimae atque innumerae illae porticus ob deambulationes, & alias exercitationes, ut supra retulimus, erectae, si amplissima illa gymnasia ad hoc a maioribus nostris magnifice exaedificata haberentur, nullus profecto locus aptior inueniri posset, qui omnibus fere exercitationum generibus magis sufficeret: sed, quoniam illorum ruinas uix nobis intueri licet, danda opera erit, ut unusquisq. locum secundum condiciones iam explicatas eligat, illud semper mente reuoluens, tametsi multae sint exercitationes, quae loca angusta, & occlusa exposcere uidentur, in ijs tamen haud parum B delectum quoque haberi debere: ut, si non omnes qualitates, aliquas saltem earum, & meliores ex ijs, quas in medium proposuimus, habeant. Quamobrem scitissime consuluit Galenus, ut domus, in qua exercitandi sunt homines, hieme calida, aestate frigida, uel semper temperata eligatur; sin minus, procuretur, ne ipso praesertim die calidior, frigidiorue sit, quam publicus totius urbis aer. Quas omnes praedictas condiciones uno uerbo complexus esse uidetur Aetius Amidenus, ubi gestationem, nauigationem, & omnem denique exercitationem in salubri loco, & puro aere fieri debere scripsit. Aliae similiter possent indicari locorum condiciones, nempe inaequalitas situs, planities, & huiusmodi: sed, quia partim explicatae fuerunt, partim superuacaneae sunt, plurimae sub praedictis comprehenduntur, huic tractationi de loco finem C imponens temporis explicationem aggrediar, ubi prius adnotauero, cogi interdum homines sese in loco a sole percusso exercere, qui magnopere cauere debent, ne umquam sedeant, uel quiescant, siquidem Aristoteles scriptum reliquit, se exercentes sub sole magis uri dum sedent, quam dum mouentur; quoniam cum in motu sunt aerem agitant, quasique spiritu uentilantur; cum uero sedent, quia aer immotus permanet, uim solis acriorem experiuntur.

lib. 1. c. 4.

2. de tu. ua. cap. 7.

lib. 3. c. 7.

38. partic. prob. 6.



De tempore exercitationibus apto. *Cap. XI.* D


VO sunt temporis genera naturalia, ita ab auctoribus medicinae appellata, sine quorum obseruatione non modo res ad sanitatem pertinentes, uerum etiam actiones, atque operationes hominum omnes male infeliciterq. peraguntur: alterum est uniuersale, sub quo uer, aestas, autumnus, & hiems comprehenduntur: alterum particulare, quod singulorum dierum horas separatim complectitur. Dixi naturalia, ad differentiam accidentalium siue contingentium, quae non ita perpetuo, & firmo ordine eueniunt, sicut illa: nam tempus australe, aquilonare, boreale, nimis frigidum, calidum, aut siccum, nubilum, serenum, lucidum, nebulosum sunt differentiae accidentales inordinate, atque contingenter euenientes: de quibus in exercitandis corporibus in hunc modum breuiter statuendum erit, uidelicet singulas illas temporum constitutiones euitandas esse, in quibus uehementissime uenti perspirant, praesertim quando pessimi sunt, ut australes, & aquilonares plurimi, a quibus corpora motu rarefacta, & infirmata ualde laeduntur. similiter quoque fugienda sunt tempora nimis frigida, nimis calida, nimis sicca. Nimium enim frigus, cum a calore exercitatorum superari nequeat, fortius eos afficit; quia, auctore Aristotele, pingue, a laboribus consumptum, calorem, & teporem seruare non potest. amplius corpora motu perspiratiora, & solutiora effecta, meatusq. per sudationem patefacti frigus intima maiore ui penetrare permittunt. accedit etiam quod sese exercentes aerem continuo permutant, ac permouent, & iccirco, uti dicebat Aristoteles, currentes hieme, magis rigent stantibus, quod aer nostra ambiens corpora, cum stamus, ubi semel concalefactus est, nullã amplius molestiam infert; cum autem currimus, alius atque alius subinde frigidus occurrit, itaque fit, ut magis rigeamus. Pariter qui in extremis frigoribus exercentur, uehementius a rigore percutiuntur: nimius praeterea calor exerceri uetat, necnon siccitas immodica, quoniam alter calorem natiuum, & uniuersum corpus immoderate resoluit, altera magis, quam par sit, humiditates exsiccat. Tempus item exercitationibus serenum, atque lucidum eligendum erit, fugiendum uero nubilum, obscurum, crassum; quando sic aer deprauatus etiam absque exercitatione apertos corporis meatus facile, subit, humoresque secum inuehens membris non sine noxa affigit, & per consequens grauiora non sine ratione corpora reddit, animumq. deinceps

(margin: E; 6. partic. prob. 6.; 6. partic. prob. 12.; F)

A inceps grauat: quod in sereno nusquam animaduertitur, quin potius ab illo corpora ad motum adiuuari, spiritusq. suapte natura luciditati amicos confirmari, & animum recreari perspicuum est. id quod Hippocratem significasse puto, ubi dixit, ἅμα ταῖς ὥραισιν μεταβάλλονται αἱ κοιλίαι, καὶ τὰ πνεύματα, uentres scilicet & spiritus temporis constitutionibus commutari. Porro de naturalibus tẽporis exercendi generibus uaria ab antiquis determinata inuenio, & primo, quantũ attinet ad uniuersale tempus, Aristoteles ex sẽtẽtia omniũ ueterũ auctorum censuit potius exercenda esse humana corpora in aestate, quam in hieme, sub nomine hiemis, ut Petrus Apponensis iudicauit, autumnum hiemem & uer intelligens. Atque ad hoc credendum ea ratione permotus fuit, quod in aestate calor naturalis languidus, ac debilis exsistens minus cibos, crudosque humores concoquit: unde excrementa plura generantur, & ob id exercitatione calor natiuus magis excitandus, ut concoquat honestius, magisq. sudor motu proliciendus, quo excrementa illa exinaniantur, neq. intus retenta putredinem contrahant. In hieme uero, quod ualidiore exsistente natiuo calore, & per consequẽs melius cibos, & incoctos humores conficiente excrementa paucissima generantur, atque inde minus illa educi necessarium est, neque exercitatio conuenit, quae exiguam utilitatem afferens periculum magnum adnexum habet, ne scilicet aer hieme madore oppletus corpora motu reclusa illabens magnopere laedat. Ex altera parte uetustissimus auctor Hippocrates, siue Polybus tria exercitandos homines admonitos uoluit, ut lassitudinem omni tempore cauerent, ut deambulationibus matutinis corpus exercerent, ut C hieme & frigido tempore magis ac diutius exercerentur, cessantes tamen priusquam lassitudinem, atque calorem sentirent: Hippocratem deinde secutus Soranus Ephesius, Paulus Aegineta, & alij medici multi aestate, & autumno minus; hieme & uere plus exercendum esse maluerunt, iudicantes aestate, atq. etiam autumno corpora ab ambiente aere satis exsiccata, squalentiaq. reddita haud amplius per motum arefieri debere, neque item calorem alioqui languidum, & imbecillem magis retundendum minuendumue. Galenus uero, multarum rerum, quas medici sequuntur, auctor bonus censuisse uidetur, quod sicuti corpora temperata in tẽperato tempore, nempe uere, exerceri postulant, simili pacto corpora frigida in calido, calida in frigido, humida in sicco, sicca in humido exercenda sint: quasi semper illud obseruari debeat, ut corporibus ad aliquam intemperiem declinantibus tempus atque locus

[Margin notes: lib. de aere aq. & loc. — 2. partic. prob. 21. 33. & 42. — 3. de dieta. — In Isagoge medicinae cap. 5. — Lib. 1. c 53. — 2. de tu. ua. cap. 7.]

cus contraria in exercendo eligantur. Neque hoc in loco praeter- D
lib. 9. epist. mittendum censeo, quod Plinius iunior scribit de exercitatione
Epist. pen. aestatis tempore a se fieri solita, ubi a Fusco interrogatus, quomo-
ad Fuscũ. do diem aestate in Tuscis dispensaret, in hunc modum respondit
,, de exercitationibus: ubi hora quarta uel quincta, neque enim cer-
,, tum dimensumq. tempus, ut dies suasit in xystum me uel crypto-
,, porticum confero, reliqua meditor, & dicto; Vehiculum adscen-
,, do. Ibi quoque idem quod ambulans, aut iacens. Durat intentio
,, mutatione ipsa refecta, Paullum redormio, deinde ambulo, mox
,, orationem Graecam Latinamue clare, & intente non tam uocis
,, caussa, quam stomachi lego, pariter tamen & illa firmatur: iterum
,, ambulo, ungor, exerceor, lauor, & paullo post. Nonnumquam ex
,, hoc ordine aliqua mutantur. nam si diu iacui, uel ambulaui, post
,, somnum demum lectionemq. non uehiculo, sed quod breuius, E
quod uelocius, equo gestor, uenor aliquando. In particulari por-
ro tempore exercitationis describendo Aristoteles aliquando mo-
Plu. in lib. tum eum (ut ipsi etiam imputat Plutarchus) qui post sumptum ci-
de tué. san. bum fit, commendauit, eo quod tunc calor a motu auctus cibum
mox ingestum facilius concoquat, cuius tamen contrarium euenit, quando per motum calor a uentriculo ad uniuersum corporis ambitum retractus non solum non adiuuat concoctionem, quinimmo impedit, crudosq. & indigestos succos intra uenas rapit. Igitur
Loc. cit. si Aristoteles hanc habuit sententiam, in manifesto errore deprehenditur, tanto magis quod Hippocrates, Galenus, & omnes denique probati medici uno ore pronunciarũt, semper exercitationem
lib. de cib. ante cibum esse faciendam. ὥσπερ γὰρ, dicebat Galenus, μέγιστόν
bo. & ma. ἐστιν εἰς τὴν ὑγίειαν τὸ πρὸ τοῦ σιτεῖσθαι γυμνάσιον, οὕτω καὶ βλαβερώ F
succi. τατον ἐπὶ σιτίοις ἡ πᾶσα κίνησις. idest, quemadmodum enim ad sanitatem maxime conducit ante cibum peracta exercitatio, ita quiuis motus post cibum perniciosissimus exsistit. Nam dum exercitatio cibos praecedit, duplex ac utraq. insignis succedit utilitas, altera quod calor natiuus excitatur, augetur, & ad futuram concoctionem perbelle praeparatur, altera quod succos utiles in uniuersum corpus, prout destinati sunt, optime distribuit, excremẽtis faciliorẽ exitum praebet: quae alioqui si retineantur, obstructiones, ac multos alios morbos retuso natiuo calore progignere solent. Ex aduerso si post cibum quis exercitationes adeat, nedum uniuersi corporis habitui innumerae cruditates infarciuntur, uerumetiam uniuersalis succorum coctio impeditur. id in omnibus euenire testatus est Teophrastus, ubi, quae coquuntur, a motu impediri hunc

in

A in modum scripsit, ἐπεὶ καὶ τὰ ἑψόμενα κωλύεται, μὴ ἐν καιρῷ κινούμενα. Quocirca magnopere damnandi sunt Erasistratus, atque Diocles, qui falsis rationibus decepti sanguinem excreantes phtisicos, aliosq. plurimos ualetudinarios deambulationibus post cibum exercebant. Quae tamen de motu uehementiore intelligenda puto, quod Auicennas exiguum a cibo motum in uentriculo melius eum accommodare, praesertim quando mox dormiendum est, docet. quod etiam Aristotelem significasse consentaneum est, ubi scripsit ambulationem post cenam efficere, ne ad os uentriculi supernatent edulia. Tria tamen hoc in loco obseruanda esse iudico: primum est, ut nullus exercitationem moliatur, nisi prius excrementa per nares, os, aluum, & uesicam expulerit, cum haud tutam esse exercitationem non inanito corpore clament Galenus, & Aui-

2. de ca. pl. cap 20. Coel. Aur. lib. 2. chro. c. 13. & 14.

B cenna, & ad haec etiam hesternus cibus apprime concoctus sit; quoniam si prius uel posterius quis exercitationem, adeat, aut crudis humoribus, uarijsq. recrementis implebitur, aut pallidae bilis prouentum augebit. cognoscetur autem cibum iam concoctum esse, tum ex eructationibus, tum ex urinis, quae dum albidiores sunt, abstinendum a motu demonstrant, dum uero ex albidis flauiores euaserunt, iam tempus exercendi adesse indicant. Secundum obseruandum est, ne stomacho immodice uacuo ac plane esuriente labor, uel exercitatio obeatur: quoniam hoc pacto eueniet, ut ingestus cibus, nec dum accommodatus concoctusue a stomacho rabiente, & consequenter a membris ualde famelicis auide nimis rapiatur, & proinde cruditates, & obstructiones innumerae suboriantur, quod probe intelligens Hippocrates dixit, ὅκου λιμὸς οὐ πονητέον,

2. de tu. ua. cap. 2. lib. 1. fen. 3. doc. 2. c. 3.

C idest, ubi fames, laborandum non est. Tertium obseruandum est, ne statim post exercitationem cibus assumatur, sed modica interijciatur mora, quousq. feruor remittitur, & agitatio corporis iam sedata appareat. id quod Spurinam senem in sanitate conseruanda diligentissimũ obseruasse semper, auctor est Plinius iunior: quodq. Galenus & ab Erasistrato, & ab alijs antiquioribus medicis confirmatum fuisse, scribit; crassi tamen qui tenuiores fieri student, excipiendi sunt, quos Hippocrates siue Polybus anhelantes ab exercitatione cibum capere consuluit in libro de salubri diaeta. Aristoteles quoque hoc ideo non esse faciundum censuit, quoniam corpus statim post exercitationem adhuc purgatur a labore nondum quiescit, & praeterea excrementa citata redundant: unde nec fames tunc oritur, neque calor cibo coquendo uacare potest. ob quod minus etiam exercitati debent statim frigida lauari, aut uinum, uel aquam

2. Aph. 16. Auic. li. 1. fen 3. trac. 2. cap. 3.

6. epid. 3.

6. Epid. cõ. 3. aph. 2

partic. 5. prob. 28. & 30.

frigidam

frigidam potare: a frigida enim lotione hominem laedi metus est; D
ut pote qui iam ex multa exercitatione, & rarior est redditus, & uacuus; uinum similiter caput exercitatis statim exhibitum uehementer ferit, qua ratione illud prorsus euitabant athletae post exercita-
3. de sal. dieta. 22. tiones, si Galeno credimus: frigidũ autem ualde quodcunque post exercitationes illico assumptum uentrem, & iecur offendit; nonnullos item neruis oblaesos, atque alios subito mortuos, quod post uehementem exercitationem uinum frigidum ualde biberint, re-
2. de acutis fert Galenus. De hora autem diei particulari, in qua homines sani, de quibus fere tota est tractatio, exercitationibus corporis ualetudinis gratia operam nauare debent, ita decretum apud Galenum, & Auicennam reperio, Vere meridianam horam eligendam esse, quando aeris status temperatior exsistit: Aestate matutinam, ut diei aestus, quantum fieri potest, euitetur, quam horam in deambulan- E
li. 3. de die. do commendasse simpliciter uisus est Hippocrates, quamq. semper adamasse Alexandrum Macedonum regem, apud Plutarchum legimus: dum is reiectis obsoniorum artificibus longe se commodiores secum afferre, nempe matutinam ambulationem ad condiendum prandium, & prandij tenuitatem ad condiendam cenam dictitabat: Autumno & hieme uespertinam, nisi uel cibus mane sumptus, uel quid aliud uetat. Nam cum hisce temporibus mane aer frigidior sit, aliaeq. diei breues admodum partes in negotijs necessarijs consumantur, & praeterea cibus quantumuis exiguus mane sumptus nõ posit, nisi uespere, concoctus esse, ea sola hora exercitationibus apta ab antiquis probata est, unde Marcus Antoninus Imperator, qui ualetudinis omnium fuit studiosissimus, breuissimis die-
6. de tu. ua. cap. 5. bus, ut refert Galenus, sole occidente palaestram (ubi pila, cursu, & F
pugillatu eum se exercuisse puto, quando huiuscemodi exercitationes ipsi summopere placuisse, atque in ijs plurimum ualuisse, scribit Capitolinus) ingrediebatur: longissimis autem hora nona, aut ad summum decima: Quam horam una cum octaua fere communem omnium hominum in exercendis corporibus fuisse, testari uidetur Martialis, ubi quomodo Romae diei horae dispensarentur, ad Euphemum ita scribit.

Prima salutantes atque altera continet hora,
Lib. 4. *Exercet raucos tertia caussidicos,*
In quinctam uarios extendit Roma labores,
Sexta quies lassis, septima finis erit.
Sufficit in nonam nitidis octaua palaestris,
Imperat exstructos frangere nona thoros,

Hora

A *Hora libellorum decima est Eupheme meorum,*
Praeparat ambrosias cum tua cura dapes,
Et bonus aetherio laxatur nectare Caesar,
Ingentiq. tenet pocula plena manu;
Tunc admitte iocos, gressu timet ire licenti,
Ad matutinum nostra Thalia Iouem.

quamuis alios etiam fuisse constat, qui hora ab octaua diuersa exercerentur: ut de Alexandro Seuero Imperatore prudentissimo constat, de quo scribit Lampridius. Quod si necessitas cogeret, ante lucem actibus operam dabat. Post actus publicos seu bellicos, seu ciuiles lectioni graecae uariorum auctorum operam dabat, post lectionem palaestrae, aut sphaeristirio, aut cursui, aut luctationibus mollioribus incumbebat, atque inde unctus lauabatur, ita ut B caldarijs uel numquam, uel raro, piscinis semper uteretur, in eaq. una hora prope maneret: biberet etiam frigidam claudiam ieiunus ad unum prope sextariũ. Egressus balneis multum lactis & panis sumebat, oua deinde, mulsum, atq, his refectus aliquando prandium inibat, aliquando usq. ad cenam differebat, pransus est tamen saepius. Horatius quoq. paullo diuersius, & seipsum, & alios libere uiuentes in exercitationibus efficere solitos, attestari uidetur, ubi post multa haec scribit. Lib. 1. ser. Sat. 6.

Ad quartam iaceo, post hanc uagor, aut ego lecto,
Aut scripto, quod me tacitum iuuet, ungor oliuo,
Non quo fraudatis immundus Natta lucernis,
Ast ubi me fessum sol acrior ille lauatum
Admonuit, fugio rabiosi tempora signi
C *Pransus non auide, quantum interpellet inani,*
Ventre diem durare, domesticus ocior, haec est.
Vita solutorum misera ambitione grauiq.
His me consolor uicturum suauius, ac si
Quaestor auus, pater atque meus, patruusq. fuissent.

Illud tamen hoc in loco nequaquam praetereundum existimo, quod maiores nostri, quorum maior pars uel exiguum quid, uel nihil omnino mane manducabant, semelq. tantum in die saturabantur, hora octaua diei, uel nona commode exerceri poterant, aut etiam occidente sole. Ceterum aetate nostra, quando uix unũ, aut alterum est inuenire, cui non sit in more positum & uespere, & mane cibis saturari; nulla in omni tempore opportunior apparet hora, quam matutina, paullo ante cibi sumptionem; nimirum cum corpora leuiora & ab excrementis magis libera, magis

ob praeuium somnum ualida, magis denique a quibusuis impedimentis soluta sunt, & praeterea minus imminet periculum, quin externus cibus probe confectus sit: sicut contra in uespere, cum nondum cibus concoctionem assecutus est, corpusq. superfluitatibus magis redundat, magisq. grauatur, potius quiescendum, quã exercendum esse, quisque uidet: uti quoque animaduertisse Auicennam arbitror, ubi dixit: In hieme uero rationi conueniens erat, ut fere usque ad uesperam tardaretur, sed alia prohibentia hoc uetant. Erit itaque fere perpetuo nostris hisce temporibus mane ante cibum quibuslibet sanis adeunda exercitatio, sique ullus auctor inuenietur, qui post cibum exercitationem commendet, modo prudenter consulat, non gratia sanitatis, aut habitus boni comparandi illud facere, sed potius gratia alicuius particularis affectionis curandae cognoscetur. Est & aliud hoc in loco magnopere considerandum, veteres tam Romanos, quam alios multos semper dies, atque noctes separatim in duodecim horas partitos esse; atque alias diei maximas ut in aestate, alias minimas, ut in hieme, alias aequinoctiales uocasse: numerum autem hunc scribit Galenus tanquam omnium utilissimum ab ipsis delectum esse, quoniam dimidium continet, & duplum, & quartum & sextum, & duodecimum: quae nullus alius post ipsum numerus usq. ad uigesimum quartum continere uidetur. Vnde ne quis horas diei antiquorum easdem cum Italicis, & multis alijs nostrorum temporum esse putans errandi in exercitationibus, aut alijs occasionem habeat, hanc horarum partitionem apud ueteres in usu habitam memoria tenere debet: sic enim & consuetudines probe iudicare, & antiquas nouis accommodare facile poterit.

Li.1.fen. 3. doc.2.c.3.

Lib. de cuiusque animi pec. notitia atque medela.c.5

D E

Quanta fieri debet exercitatio. Cap. XII. F



EX ijs rebus, quae medicorum artem coniecturalem, & paene incertam efficere a multis creduntur, praecipuã remediorum omnium adhibendorum mensuram esse, semper putatum fuit; quam nonnulli antiquorum aliquando tanti fecerunt, vt quasi eius cognoscendae spe deiecti medicinae opera exercere recusauerint. Quapropter & medicinae professores, & illi qui exercitationum ope sanitatem tueri student, omni cura, & diligentia opus habent, quo actionum suarum mensuram, & quantitatem cognoscant, sine quibus incredibilia errata

A ta committi solent, & plerunque (utar Plinij uerbis) inscitia capitalis euadit. cumque nos exercitationis totam artem tradere profiteamur, iam quantum unusquisq. exerceri debeat, monstrare conabimur. Et ne singula explicantibus nimis diuagetur oratio, uniuersa quantitatis exercitationum tractatio ex his constabit, Quis esse debeat exercitationis communis terminus: Quantum fortes, quantum debiles, quantum senes, quantum uiri, quantum pueri, exerceri debeant; quantum hieme, aestate, uere, & autumno; quantum temperate uiuentes, quantum humidi, calidi, frigidi, & sicci; quantum ualetudinarij; quantum non assueti. his etenim cognitis nihil, quatenus ad praesens caput attinet, desiderare iure poterit. Sed antequam rem aggrediar, adnotandum duco, de corporibus aegris non futurum sermonem; tum quia paucas exercitationes C requirunt; tum quia secundum morborum uarietates uariantur exercitationum species, atque mensurae; & iccirco certa ratione definiri nequeunt. Terminus igitur exercitationum communis, quem Galenus, Oribasius, Auicenna, & Aetius Hippocratem secuti docuerunt, duplex est, unus, quando scilicet uapor sudori aliquantisper permixtus sentitur, uenae intumescunt, atque anhelitus permutatur: cum enim ab exercitatione duo requirantur, membrorum robur, & caloris auctio, qui succos concoquat, concoctos nutriendis membris distribuat, atque demum inutilia dissipet, nisi exercitatio tanta sit, & ad similem terminum perueniat: neque bene, neque perfecte illa omnia obtineri possunt. alter terminus est, ut tamdiu exerceatur unusquisque, quamdiu color floridus eius faciei, & corpori ingeneratur; motusque acriter, aequabili- C ter, & concinne edit; nec ullam effatu dignam lassitudinem percipit. quod si calor euanescere incipiat; uel corporis moles paullo contractior uideatur, uel lassitudo iam immineat: illico desistendū est; ne, si ulterius progrediatur, corpus plus iusto gracilescat: boni succi una cū malis exhauriātur: & tandem calor naturalis debilior reddatur; & ideo loco roboris acquirendi uires potius destruantur. similiter ubi motuum alacritas, aequabilitas, uel concinnitas remitti quippiam collabiq. cernitur: utique statim desinere oportet; itidem si in sudore accidat ulla qualitatis eius, quantitatisue mutatio, quippe quem, & copiosiorem semper, & feruidiorem edi par est, prout motus uehementiores fiunt. cum igitur is aut minor, aut frigidior redditur: tum scito corpus exhauriri, refrigerarique, & siccari plus iusto. & proinde corpori exercitando diligenter attendere conuenit, ut, quando praedictorum signorum aliquod ap-

lib. 29. c. 1.

5. de locis aff. cap. 5.
li 6. c. 11.
li 1. fen. 13. doc. 2. c. 3.
lib. 2. c. 3.
6 epi. cō. 2

parere iam incipiat, protinus exercitatio dimittatur. Atque hi D sunt communes quidam termini, quos magna sese exercentium pars continere debet. Succedunt postea particulares, pro quibus ita decretum uolo, quod ualidi diutius ceteris (nisi quid aliud obstet) exerceri possunt, quamuis etiam uires aliquantisper fatiscerent; nimirum quae facillime resurgere possunt. debiles parum certe exerceri oportet, alioqui si in his uires uel tantillum patiantur; difficulter, & longo tempore reparantur; & iccirco sat ipsis erit incalescere citra sudoris principium. Senes dum se exercent omni cura sudorem effugere debent; nempe sicci, & aridi exsistentes ita maiorem siccitatem contrahunt; praeterea cum iam dixerimus, exercitationes in iuuentute consuetas in senectute congruere, hoc in loco sciendum est, semper senes minus quam iuuenes solebant, exercendos esse, omninoque lassitudinis sensum effugiendum, terminumq. exercitationis eorum famis excitationem ponendum, E sicuti Socratem iam senem se exercitare, donec esuriret, solitum legimus. Viri, sub quibus comprehenduntur omnes intra adolescentiam & senectutem exsistentes, moderatas exercitationes postulant: uel enim offenduntur, si plus iusto exerceantur, uel paucum omnino fructum capiunt, si minus, uel utroque modo prauum aliquem habitum contrahunt: quocirca terminus communis iam expositus his omnibus mirifice aptabitur. Pueri a primo usque ad tertium aetatis septenarium multis laboribus probe sufficere possunt. quocirca & incalescere, & anhelare, & sudare & aliquantisper defatigari ipsis impune conceditur: excrementis enim plurimis ob uiuendi imprudentiam exuberantes a sudoribus, & laboribus multis iuuantur; uiribus autem ualidis pollentes a F leuibus defatigationibus minime offenduntur: haud tamen modum in labore pueros umquam excedere conuenit, & tanto minus, quanto primo septenario uiciniores exsistunt, siquidem intempestiua exercitationis duritie corporis pueri adauctum, a natura quam maxime comparati inhibetur auctio, ob quod paedotribas nonnullos sui temporis damnauit Galenus; quod plus aequo pueros exercerent. similiter & Aristoteles improbandos iudicauit Laconas, qui nimijs laboribus, & exercitationibus pueros efferatos reddebant, sicut & illas nationes, que athletarum habitum laboribus in pueris generare studentes eorum corpora deformabant, augumentumq. impediebant. Nã inter eos, qui Olympia uicerunt, duo, uel tres tantum exstiterunt, qui ijdem adolescentes, & uiri sint uictoriam consecuti, quod per uiolentas, & plurimas

1. de tu. sa. c. x. 7. pol. cap. 4.

A mas pueris adhibitas exercitationes una cum auctione corporis robur, atque uis auferebatur. multum itaque exerceri poterunt pueri, sed non immoderate. Hieme multum exercendum, citra tamen sudorem, ne frigus magis obsit, & quo ad uniuersum corpus incalescat. Vere plus, & usque ad sudorem. Autumno minus, minime omnium aestate; quando, (quidquid dixerit Aristoteles) neque sudare, neque incalescere, neque defatigari omnibus ab ambiente aere satis, & defatigatis, & debilitatis expedit. Qui temperatam uitam degunt, etsi paucis superfluitatibus abundent, & iccirco minori exercitatione indigere secundum Galeni sententiam uideantur, nihilominus & ipsi moderate exerceri debent, ne otio torpescentia membra, calorue sopitus, proprium, & naturalem habitum remittant, neue excrementa etiam intemperate uiuentibus necessario genita retineantur. Incontinentes autem sicut multa excrementa, multosque humores superuacaneos aggregant, ita multis exercitationibus ac laboribus opus habent, quae humores illos excrementaque absumant, quaeue profundos somnos inducentia felicius concoctionem adiuuent; siquidem Galenus fossores & messores, ideo a prauo uiuendi genere minimum quid offendi sentit, quoniam a laboribus in profundos somnos demissi etiam deterrima probe coquunt, & ad meliorem naturam reducunt; ideo isti, modo uel crudorum in corporis ambitu latentium humorum copia, uel uirium debilitas, quae hos plerumque comitari solet, uel aliud quid non prohibeat, quanto plus & diutius exercebuntur, tanto magis sibi consulent; siue incalescant solum, siue sudent, siue etiam leuiter defatigentur. Humida corpora multam exercitationem requirunt, quo a motus multitudine humiditas nimia exsiccetur; unde ista tamdiu exerceri poterunt, donec sudor citra uirium defectum largus effluxerit, sicca minus exerceri debent, neque umquam calorem, sudoremue in exercendo se exspectare. Frigida quoad tota se calefacta percipiat, exercitari expedit. Calida uero parce exercenda sunt, nec umquam aut sudorem, aut incalescentiam, aut insignem anhelitus mutationem in ipsis exspectare decet. Calida praeterea, & sicca exigua, uel nulla exercitatione gaudent, ne tam caliditas, quam siccitas simul augeantur. Frigidis, & siccis ratione frigiditatis, & usque ad manifestam incalescentiam exercitatione opus est; ob siccitatem a sudore ualde cauere debent. Calida, & humida moderata exercitatione uti conuenit, quoniam pusilla humiditatem superfluam non diminuit; multa nimis eliquat, & calefacit, indeque

In lib. de cibis bon. & ma. suc.

1. de alim. fac.

B

C

morbosas fluxiones parere solet. quocirca uehementem anhelitus D alterationem, uehementemq. calefactionem ea effugere necessum est. Frigida porro & humida eatenus exercenda sunt, quatenus anhelent, incalescant, atque etiam paullisper sudent. Summatim huiuscemodi corpora omnium maxime exercenda erunt, ita namq. excrementitiae humiditates, quibus oppleta sunt, inaniuntur, calor naturalis excitatur, & perbelle concoctiones omnes perficiuntur. Demum ualetudinarios, qui mox a morbis resurgunt, exigua admodum exercitatione uti debere, nemo ignorat; quoniam horum uires infirmae ualde exsistentes, calorque debilis, & membra exsiccata, si multa exercitatione agitentur, non possunt non summum detrimentum sentire: proinde isti intra anhelitus mutationem, intra caloris aduentum, intra denique defatigationem quamlibet exercendi sunt: prout tamen isti reficiuntur, ui- E resq. crescunt, & meliusculi esse coeperunt, adijcere debent exercitationes. Postremo qui exercitationibus inassueti sunt, cum prauam illam consuetudinem deponi debere, iam ostenderimus, prius expurgari ab humoribus, & superfluitatibus ex segnitie ortis secundum Galeni consilium debet, alioqui periculum imminet, ne a fluxionum perniciosis morbis protinus tententur: deinceps primo parcissime exercendi sunt per aliquot dies, postea exercitationis modus paullatim augendus, quousque ad terminum illum peruentum sit, quem inassuetis sufficere, & citra ullam molestiam calefacere experientia docuerit: eo semper (quod supra quoque demonstrauimus) animaduerso, omnibus immodicam exercitationem nocere, nempe quae pueris incrementum adimit, & membra colliquat, uiris inaequales intemperies gignit, atque febrem in- F
Galen. 3. de symp. cau. terdum, sicuti de illo immodice exerceri coacto narrat Galenus in libro de caussis prae inchoantibus; senibus immedicabiles lassitudines, atque siccitates parit; omnibusque tandem aliquid semper boni effluere facit. Quamquam Aristoteles ij. ethic. ad Eudemum libro, ubi uirtutem medium esse probat, excessum in exercendo defectu magis laudat, sicut in cibo contrarium, οἷον (inquit) καὶ περὶ τὸ σῶμα ἐν μὲν τοῖς πόνοις ὑγιεινότερον ἡ ὑπερβολὴ τῆς ἐλλείψεως, καὶ ἐγγύτερον τοῦ μέσου. ἐν δὲ τῇ τροφῇ ἡ ἔλλειψις ὑπερβολῆς & quae sequuntur. Immodicae autem exercitationis haec signa sunto, dum articuli calidiores effecti sentiuntur; dum uniuersum corpus aridum, & inaequale apparet; dum in motu sensus doloris cuiusdam ulcerosi suboritur; dum labor coacte, & non sponte
38. partic. prob. 5. dimittitur; dum post sudorem pallor succedit, sicut in athletis im-

modice

A modice exercitatis euenire consueuisse auctor est Aristoteles; dum insolita denique, ac ualde molesta lassitudo percipitur. Tota itaq. quantitatis exercitationum ratio his omnibus nobis praescripta sit. Quod si multa particularia a quoquam reperientur, quae a nobis aut ignorata, aut praetermissa uideantur, illud sciat, nihil quod ad uniuersam artem necessario pertineat, esse, quin uel explicite, uel implicite a nobis comprehensum habeatur, quamquam etiam multae exercitationes sunt, quarum quantitatis terminum non expressimus, quod a termino illo communi praescripto eorum mensuram accipi uolumus.

De modo exercendi. *Cap. XIII.*

B PRAETER locum, tempus, & quantitatem, quae in obeūdis exercitationibus summa cura obseruari debere demonstrauimus, adest & modus, qui ut in illis ipsis, sic in plerisq. alijs rebus recte peragendis tantū potest, ut, nisi is adhibeatur, cetera omnia superuacanea reddantur, infinitisq. prope erroribus iam uia latissime pateat. Qua de re maxime ad huius tractationis absolutionē pertinet, ut modū, quem antiqui in exercendis corporibus tenuerunt, quoq. temporibus nostris unus quisque sanitatis studiosus uti non sine fructu potest, & debet, apertum breui sermone faciamus. Modus igitur, quo ueteres ad sanitatem usos legimus, fuit is, quem Oribasius Pergamenus Iuliani Impera. medicus, Aetius Amidenus, & Arabum doctissimus Auicen. in medium attulerunt. Viri namque & iuuenes exercen- 6.colle. ad Iul.c.15 Libro 1. ser. 3 c. 2. lib. 1. fen. 3 cap. 3.
C di ubi lotio perfecta concoctio apparebat, faecibusq. aluum exonerauerant, maior pars sese exsuebant, mox fricabantur mediocriter, usque quo floridus color in summa cute residens, & artuum flexibilitas atq. ad omnem motum agilitas persuadebant; perfricati oleo dulci inungebantur; quod ut magis artus quoslibet penetraret, manibus undequaq. prementibus, & explanantibus apponebatur; ab unctione qui luctatione exerceri uolebant, aut pancratio, puluere conspergebantur, alij protinus in exercitationem, prout cuique altera alteri utilior atque gratior apparebat, descendebāt, peracta exercitatione paullum quiescebant, deinde strigilibus, uel asperiusculis pannis strigmenta a corpore eradebant, quo facto aliquando rursum fricabantur, ἀποθεραπευτικῇ dicta frictione, similiterq. ungebantur alias in sole, alias ad ignem, ut Cornelius Celsus testatum facit: sicq. fere semper balneum ingredieban- lib.1.c.2.

tur conclaui quam maxime alto, lucido, & spatioso, rarius scipsos induentes ad capiendum cibum accedebant. Atque hic totus erat modus, quo uel in gymnasijs publicis, uel in priuatis locis maior pars liberorum hominum, & eorum qui ualetudini curandae & bono habitui comparando sollemniter incumbebant, frequenter utebatur. Nec quisquam miretur, quomodo liberi homines singulis diebus tot corporis curis occuparentur, quando omnes homines, nedum clariores quotidie defricari solitos, multi auctores, & praesertim Columella trigesimo sexto lib. cap. memoria mandarunt, de quo defricandi more, & modo, si Deo placuerit, aliquando tractationem huic adijciemus. Ceterum uerisimile fit quamplurimos alios exstitisse, qui uel negotijs publicis, priuatisq. impediti; uel necessarijs uariarum artium operibus detenti; uel aliqua ualetudinis ratione coacti hoc pacto minime exercerentur, sed frictionibus, E & unctionibus dimisis quascumq. poterant exercitationes amplecterentur; sicuti & multi reperiebantur, qui praedictarum caussarum aliqua nullo modo exercitationibus uacandi otium habebant; quibus omnibus exactiore uictu, & sanis medicamentis opus esse

Lib. 1 de cibis bon. & ma. suc. tradit Galenus. Verumenim uero cum aetate nostra gymnasia illa ob exercendi commoditates ab antiquis fabricata in vsu desierint esse, neq. gymnastas, & paedotribas, neq. aliptas, & reunctores habeamus, a quibus fricandi, ungendi, tandemq. quomodouis exercendi modos, atq. commoditates quaeramus, sat erit illis, qui aliqua necessaria occasione impediti libere sese exercendi otium nequaquam habent, ut potius quomodocumq. possunt, exerceantur, quã semper in cõsummata quiete degant; modo tamen hoc unũ obseruent, ne statim a cibo exercitationes eas quas gratia sanitatis facere uolunt, solicite nimis adeant, sed saltem aliquot horas interpo- F nant, quo quam minimum fieri potest nocumẽtum inde sequatur. Porro qui suae spontis sunt, & maiori otio propriorũ corporũ curae libere uacare queunt, haec omnia diligenter obseruare debent, primo ut corpus tum a faecibus & urinis, tum a muccis & sputis accurate emundare, caput pectere, manus, & faciẽ abluere studeãt, ne excrementa in uarijs corporũ cauitatibus, atq. in ipso ambitu latẽtia, a motu excitata uaporationib. offendãt; strictisq. meatibus nõnunquã infarcta, aut exercitationis calore eliquata obstructiones, fluxionesq. diuersas pariant. Secundo ut corpus ijs indumentis obtegant, quae laborẽ ipsi superaddere nequeant, quaeue interim a uentis, si qui erunt, uel a frigore tueantur; aut etiã si aestus urgeat, feruorẽ nullo pacto augere, siue fouere queant; nã indumenta nisi exer-

A exercitandis prudēter accōmodentur, praeter impedimentū, quod laboraturis in motu praestare solent insigne, faciunt quoque, & ut sine motus debita mensura sudēt, & alia incōmoda sustineant; si quidem sudor ita indutorū sine motu multò eueniēs, veluti Aristoteles disputat, deterior est eo, quia labore emanat. & huius argumentū est, quod ita sudātes decoloratiores euadunt, cū humor per summa corporis passus, atq. incalescens ab externo aere refrigerari nō possit, & inde pallorem facile contrahat, simulq. corporis perspiratio a qua gratus calor emanare consueuit a vestimētis inhibeatur. Tertio obseruandū erit, ut remisse, ac leniter unusquisq. exerceri incipiat, deinceps eius intentionē augeat paullatim, usquequo ad terminū, qui sibi conueniens uidebitur, perueniat, atq. uehementiā rursum pedetentiū remittere eatenus conetur, quatenus sibi iam satis

2 par. pb. 30. & 38. partic. proble. 3.

B sese exercuisse doctus experientia sentiet: nā subito ab intensis exercitationibus incipere, non solum imbecillibus, sed etiā robustis corporibus summe perniciosum iudicauit Galenus. Quarto iis, qui inter exercendum sudant, curandum erit, ut peracta exercitatione uestes sudore madefactas exsuant, & siccas resumāt, idque si fieri poterit in loco tepido, aut temperato, aut saltem neque frigido, neque uentis perflato. si etenim humecta illa indumenta retineantur, facile est carnibus a calore relaxatis iterum sudores imbibi, sicq. denuo corporis meatus obstruitur; praeterquam quod panni madidi mox frigefacti horrores, fetores ac alias molestias inducunt, atque inde febres interdum oriri solent. Quincto obseruandum erit, ne (sicut etiam supra admonuimus) post exercitationem quam primū quieti sese dedat, aut cibum sumat, sed blando, & ualde remisso potius ali-

In con. de pu. epilep.

C quo motu utatur, tantumq. a capiendis cibis abstineat, quoad perturbatio illa, quasiq. corporis fluctuatio aestuatione, ab exercitatione genita prorsus cessauerit, eiq. tranquillitas quaedā, & leuatio successerit. Totus itaque erit exercitādi modus & ordo, primo corpus a superfluitatibus quibusvis emundare, caput pectere, manus & faciem abluere, se accommodate induere, tardos, & remissos motus incipere, ad celeriores, & uehementiores procedere, iterumq. paullatim remittere, madefacta sudore indumenta exsuere, blande postremo moueri, & sedata exercitationis perturbatione cibum capere. Atque haec de uniuersali exercitationum speculatione, & methodo disputata sufficiāt. Restat modo particulares singularum exercitationum naturas, atque effectus enarrare. quod in sequentibus libris, quantum fieri poterit, plene praestare conabimur.

Explicit Liber Quartus.

AR-

ARTIS GYMNASTICAE LIBER. QVINCTVS

De ordine agendorum, & de nonnullis scitu dignis. Cap. I.



SICVTI nullus ab exercitationũ particulariũ cognitione fructus expectãdus esset nisi recta atq. uniuersalis methodus, quã superiori libro abũde satis (ni fallor) tradidimus, optime posßideretur; Ita profecto illa infructuosa, ac prope modũ uana euaderet, nisi haec particulariũ fere omniũ exercitationũ E tractatio, quã aggressuri sumus, illi cõnecteretur; siquidẽ incerta, ac fallax ea cognitio uideri potest, qua exercitatio vniuersali quodã pacto accepta iuuare intelligitur. sed si qualis exercitatio, quod nocumentũ, quãue cõmoditatẽ praestare idonea sit, cognoscatur, proculdubio nihil amplius relinqui constat, quod exercitationũ quarumuis scientiã optantis animũ explere iure debeat. Et icciro ne inchoata a nobis gymnasticae tractatio imperfecta relinquatur, in seq̃ũtibus singulos exercitationũ iam enarratarũ effectus prosequemur; atq. hos cũ ex antiquorũ auctorũ cõprobatis experiẽtia testimonijs, tum ex rei ipsius natura inspecta, quam
11.Metho. esse uerã cõdiciones rerũ inueniendi rationẽ scripsit Galenus, dicere conabimur. Et ne citra ordinẽ totus futurus sermo uagetur, ita materiã huiuscemodi declarare instituimus, vt primo cõmoda in cor F pora humana ex unaquaq. exercitationis specie emanantia, deinde incõmoda sigillatim explicẽtur: nã illud, quod quãplurimis medicamẽtis euenire usũ cõprobatur, ut si alicui corporis parti, & affectui prosunt, alijs noceãt, in exercitationibus itẽ cõtingere, nemo ignorat. In explicãdis praeterea utilitatibus, atq. damnis a mẽbris superioribus principiũ sumentes, ut plurimũ in ultima, atq. infima seriatim terminabimus, prius tamen illis enarratis, quae nullũ corporis particulare membrũ respicere uidebuntur. His autem sic pertractatis, duo me saltem peracturũ esse spero: Alterum ꝙ maiori facilitate, firmioreq. cognitione quicumq. haec legent, animis eorum insidebunt: Alterum ꝙ habito a ualetudinis studiosis exercitationum asßiduo delectu, uel nulli errores, uel quam paucißimi committentur, sicque demum multi eorum perniciosorum morborum euitabuntur,

A buntur, quos desidia, laborum abstinentia, ac exercitationis ignoratio non contemnendos, quosq. intempestiuus exercendi usus continuo parere solet: illud nãque a natura comparatum esse norunt omnes, ut illa, quae corporibus nostris admota insigniter conducere animaduertuntur, eadem plerũq. magnum detrimentũ inferant, si uel nullo pacto, uel prauo ordine, atq. omnino importune adhibeantur. quod etiam in exercitationibus ipsis fere contingere, iudicauit Galenus, ubi scriptum reliquit, eos, qui ante cibos, atque opportune sese exercent, haud exquisita victus ratione opus habere, quin interdum Naturae in ualetudine commissos defectus corrigere, quemadmudum ex aduerso illos, & accuratiore uictu, & assiduis medicamentis indigere, insuperque natiuam sanitatem corrumpere, qui neque ante cibos aliquo pacto, neq. ordine, ac tempore seruatis exercitationes adeunt. Cum itaque tali ordine, quae ad uniuersam gymnasticam perficiendam supersunt, praedictis adiungere propositum mihi sit, id ante cetera praefari opere pretium esse duco, nos in superioribus gymnasticam facultatem non in curatiua, sed in conseruatiua medicinae parte collocasse. Et tamẽ omnes ueterum medicorum sectas, ac praesertim Methodicos, quorum principes Asclepiades, Themison, & Soranus exstiterunt, in cunctis fere diuturnis morbis curandis exercitationes aliquas magnopere commendasse, ut ex libris Cornelij Celsi, qui Asclepiadem in multis secutus fuit, necnon Coelij Aureliani methodici, atque Aretaei clarissime intelligere licet. quod similiter Galenus, & qui Galenũ in dogmaticorum secta sunt imitati, magna ex parte confirmarunt. Sed ne uel me, uel illos omnes errasse quis putet, ita sententias nostras accipi debere uolo, ꝙ s. gymnasticam principaliter circa sanitatis conseruationem uersari, consequenter circa curatiuam: nullã etenim exercitationem, qualiscumq. sit, usquam reperies, quin in sanis corporibus absque noxa administrari queat, at paucis quibusdam exceptis, nimirum ambulatione, gestatione, uectione, ac similibus, uix una aut altera inuenitur, quae aegrotantibus impune cõcedi queat; immo illa, quae adhibentur potius ut remedia, quam ut exercitationes commendantur, cum in sanis omnes exercitationes solum fiant, quo bonam ualetudinẽ tueantur, optimumq. corporis habitum inducant: in aegrotis uero iccirco eaedem administrentur, ut morbo expellendo aliorum medicamentorum instar cooperentur. Quando igitur antiquorum in uarijs morbis exercitationibus aliquibus utendi cõsuetudinem in medium adducemus, non erit, ꝙ ullus admiratione capiatur, nosq. reprehendat, tãquam gymna-

[Margin notes: In lib. de bis bon. ma. suc. — De chr.]

[Margin letters B and C mark sections beside "uatis exercitationes adeunt" and "stras accipi debere uolo".]

gymnasticam soli conseruatoriae inseruire statuerimus, quoniam D
& nos rei ipsius naturam prae oculis habentes, ita determinandum censuimus, quemadmodum ueteres alias experiētijs asiduis, alias morborum cōdicionibus permoti paullo diuersius sentire quidem uisi sunt, sed re uera a sententia nostra non recesserunt. Aliud insuper hoc in loco summa consideratione dignum existimo, quod, licet in multis exercitationibus diuersus exstiterit antiquorum mos ab eo, qui hodie in usu est fere apud omnes, ueluti pilae exercitatio, lucta, discus, pugnae atque similia; nihilominus cum parum nostra consuetudo ab antiqua recedat, solisq. accidentibus quibusdam, & non in rei natura differat, fere eosdem effectus, quos illi suis attribuunt, nos nostris dare poterimus, modo unū, aut alterum obseruemus, antiquos unctiones ac pulueres in multis exercitationibus adhibere consueuisse, quas nulli hodie, aut quam paucissimi fa- E
ciunt; atque hoc multi momenti esse ad uariandas utrorūque qualitates, quando de his Hippocrates uerba faciens scripsit, exercita- 1.de diaeta. iuxta finē.
tiones in puluere, atque oleo magnas differentias suscipere, cum puluis frigidus sit, oleum uero calidum, atque inde oriatur, ꝗ hieme oleum corpus magis auget frigus prohibens, ne quid a corpore demat: Aestate uero caliditatis excessum faciens, carnem liquat, cum & a tempore & oleo, ac labore corpus calefiat; quemadmodū ex aduerso puluis in aestate magis auget, feruorem aeris, & corporis remittens, in hieme autem frigus, & algorem inducit. praeterea maior pars hominum semel dumtaxat in uespere saturabatur, nostrates bis cibos sumunt, quod item non parum refert ad uariandas exercitationum condiciones. Vnde qui de nostri temporis exercitationibus aequum iudicium ferre optauerit, debebit quid un- F
ctiones, & quid una diei saturatio importent, exacte pensitare, totumque illud nostris adimentes in reliquis eosdem uel parum diuersos effectus existimare.

De singularum exercitationis differentiarum effectibus Cap. II.

Res praecipuas exercitationum differētias ab antiquis Medicis excogitatas fuisse satis constat, quarum prima exercitium παρασκευαστικὸν, siue praeparatorium, altera ἀποθεραπευτικὸν, tertia simpliciter exercitatio nūcupata. Exercitationē praeparatoriam, facultatem cogendi, meatus corporis densandi, eorumque laxitatem corrigendi obtinere, scri-

pſit

A psit Galenus. qua de caussa athletae, qui densitate corporum sudores impedire, & consequenter robur conseruare studebant, ante ceteras exercitationes praeparatoria utebantur. quam item usurpabant quãplures homines post coitum, ut laxitatem corporis in motu uenereo genitam emendarent: de meridiano coitu loquor, cum ex nocturno oborta laxitas satis a somno curaretur. cuius rei gratia magnopere Soclarum laudare soleo, qui apud Plutarchum noctu coitum ob hoc exerceri debere aduersus Epicurum medicum grauissime disputat. sicuti quoque Paulli sententiam, Galeni, atq. Aetij opinionibus praeferre consueui, dum is contra ipsorum placita tempus concumbendi secundum cibum in uespere antequam somnus inuadat, oportunũ exsistere credidit: quod lassitudo ex coitu contracta obdormienti statim remittatur. Exercitationem apo- 3. de tu. ua. cap. 11. 2. de tu. ua. cap. 3. 3. symp. prob. 6. lib. 1. c. 35. 6. epid. Lib. 1. ser. 3. cap. 8.

B therapeuticam tam pro exercitationis parte, quam pro specie acceptam corpora ab immodicis laboribus exsucta emollire, meatusq. corporis relaxando excrementa purgare, traditum est a Galeno: unde iure merito post uehemẽtiores exercitationes, post uigilias, post maerores, a quibus corporum meatus clauduntur, uiresq. non parum deprimuntur, ut plurimum adhibebatur: in ijs quoque commendabatur, qui palaestrae laboribus assueti, ob uitae negotia cogebantur illos dimittere. Exercitationis simpliciter acceptae differentiae, quae ab extrinsecis desumebantur, eos effectus pariunt, quos locorum ipsorum, a quibus sumuntur, condiciones producere possunt: & ideo, qui in calidis locis exercẽtur, magis exuruntur; qui in humidis humiditatem contrahunt, sicque de singulis. corpora namque ab exercitatione rarefacta facillime disponuntur ad im- 3. de tu. ua. cap. 2.

C bibendas quaslibet aeris, & locorum qualitates. De differentijs ab utendi modis acceptis in hunc modum decernendum erit, ꝙ exercitationes perpetuae, siue continuatae & aequabiles magis delassant, quam inaequabiles. ratio est eadem, quam attulit Aristoteles in problematibus, uidelicet membra a multo motu refrangi, atque multum esse motum, qui unus & continuus est, ac aequabilis. inaequabilem uero non ideo sic delassare, quia ex mutatione nascitur requies, laborq. omnibus partibus distributus a singulis minus sentitur: qua itidem ratione motus intercisus, ac ordinatus minorem defatigationem parit, nimirum cum interruptio quietem, quies lassitudinis minus inducat. Exercitationes cum oleo peractae non modo praesentem lassitudinem mitigant, uerumetiam futurã prohibent, siccitatemq. arcent, ac ad motus promptitudinem maiorem generant: cuius rei gratia Pollio nonagenarius aetatem suam oleo 5. par. proble. 1. & 11.

extrin-

extrinsecus adhibito acceptam referebat. Quae cum puluere fiunt D exercitationes praeterquam quod frigidiora conseruant corpora, efficiunt quoque, ne sudor ita faciliter effluat, neue illa tantopere defatigentur. habet namque puluis ex Galeni sententia emplasticam vim, refrigeratoriam, ac repercussoriam. ut non temere is praeceperit, iuuenes temperatos, dum in calidioribus locis exercentur, puluere uti, qui, si pinguis sit, corpus exercitatum minime extenuat; sin autem asper, instar pumicosi, uel acer, qualis nitrosus, existat, exercitationes eo peractae mirum in modum extenuant. Inter differētias ab ipsius motus quantitatibus desumptas primae sunt multae, paucae, & mediocres. Multas corpus siccare, mediocres obesum reddere, scripsit Galenus. ex quo liquet magna cum ratione Coelium Aurelianum inter Methodicos non infimum ad prohibendam polysarchiam multas exercitationes commendasse. de E quibus etiam locutum existimo Aristotelem, quando scripsit, exercitationem ideo oculorum acumini obesse, quia uniuersum corpus siccando, indurandoq. pupillae cutem consequenter indurat, atq. ita uidendi acuties impeditur. Ex differentijs quoq. a motus quantitatibus sumptis magnae exercitationes magnopere calefaciunt, excrementa inaniunt, sudores cient: minus his mediocres, minime omnium paruae. Inter differentias a qualitatibus captas secundum Galeni sententiam acuta exercitatio, siue celer, aut uelox corpora extenuat, carnes, & succos detrahit, ob idque a Galeno, & Aetio ad curandam polysarchiam prae caeteris commendatur: lenta, atque tarda pinguefacit, & crassitiem inducit: mediocris inter utraq. medios effectus producit. Exercitatio uehemens atque robusta calorem quidem natiuum auget, somnos profundos generat, & conco F quendis cibis crudisq. humoribus confert, at caput ab illa repletur quocirca mirari soleo, cur Celsus scripserit insanientes omnes uehementer exerceri debere. Valens exercitatio robori augendo cōducit. Remissa uero languida, ac imbecillis uti praedictos effectus obscurissime parit: sic sanitati, ac habitui bono minimum iuuamētum affert, potiusq. aegrotantibus, ac ualetudinarijs quam sanis accommodatur. Inter has autem mediae tum minus, uehementibus ac robustis, tum magis remissis & debilibus effectus eos producunt, & iccirco sanitatis conseruationem non parum adiuuāt. His igitur ita determinatis, iam facile euadit cuicunque uel mediocri iudicio praedito intelligere, quos effectus singulae exercitationes, quatenus aliquam ex antedictis habent differentiam, producant. quod tametsi in recensendis singulis non absque animaduersione suis locis

[Marginal notes: 2. de tu. ua. cap. 12. — 5. de tu. ua. cap. 3. — Loco citato. — 5. chronic. cap. vlt. — Sect. 31. Prob. 14. — Gale. 6. de mor. vulg. com. 3. — 6. de tu. ua. & lib. 6. c. 3 14 Meth. — Lib. 1. ser. 4. cap. 32. — Gal. de pu. epil. — lib. 3. c. 18.]

A cis praeterire ſtatuerimus: nihilominus haud inutiliter nunc quo-
que explicatum fuiſſe credo, quando iam ſaepius demóſtratum eſt,
uniuerſales huiuſcemodi rerum tractationes ad integras illarum
notiones acquirendas magni momenti eſſe. Illud hoc in loco ſcire
oportet, in ſuperioribus libris multa de gymnaſtica bellica, & athle
tica nos diſſeruiſſe, ut expreſsius tota medicae gymnaſticae natura
innoteſceret: at in ſequentibus de medica dumtaxat ſermonem ha
bituri ſumus. eo quod illarum effectus cognoſcere parum omnino
confert, ad id quod optamus, aſſequendum, ſolosque ſanitatem,
aut morbos reſpicientes addiſcere ſufficit.

De ſaltatoriae effectibus. *Cap. III.*

B QVICVMQVE ſaltationum ſpecies apud ueteres in uſu
habitas accurate contemplari uoluerit, ea ordine tépo-
ris, ratione, proportione, harmoniaque muſica non ca-
ruiſſe ſciet. & iccirco noſtra tripudia βαλλισμοὺς, ac ge
ſticulatorios motus, quos tam mulieres quam uiri hodie ad libidi-
nes & delicias exercent, illis non prorſus diſsimiles exſtare cẽſebit.
Verumtamen illud inter antiquorũ & noſtras ſaltationes intereſſe
nemo non uidet, quod, ſicuti illae aliquando ſanitati inſeruiebant, ita
noſtrae, uel numquam, uel raro hoc fine peraguntur, ut ualetu-
dinis conſeruationem adiuuent, quippe quae ut plurimum poſt ce
nam, atque nocte inter ipſas commeſationes exercentur, quando
potius quieti, & ſomno uacare praeſtaret. unde ſi ſaltatio opportu-
ne, quemadmodum maiores noſtri faciebant, & quemadmodum
C cunctas exercitationes peragi debere, ſuperius demonſtrauimus, lib.4.c.11.
adminiſtretur, quin commoda multa pariat, infitiari minime pote-
rimus. Cubiſticam namque, quam primam eius ſpeciem fuiſſe dixi
mus, brachia corroborare, ſimiliter & crura, nimirum quae potiſsi-
mum agitentur, quiuis intelligere poteſt. Itaque qui brachia robu-
ſta corpusq. undequaque flexibile habere cupiunt, hac exercita-
tione frequenter utantur. ceterum quia, dum in caput ſaltatur il-
ludque ad terram flectitur, primo caput ualde repleri neceſſarium
eſt, ſecundo uiſcera omnia quaſſari, inteſtinaq. ſuis locis dimoueri,
& tandem dorſum ac articulos, qui in flexionibus uehementer cõ-
mouentur, magnopere pati, rationi conſentaneum eſt, ideo fugere
ipſam expedit ijs, qui ulla ex parte caput debile, uiſcera infirma,
lumbos, articulosque imbecilles, uel natura, uel caſu aliquo ſortiti
ſunt. Tertiae ſaltatoriae ſpeciei (de ſecunda in ſequenti capite tra-
ctabi-

ctabitur) quam ueram orchesticam appellauimus eius quam pluri- D
ma apud antiquos fuerunt genera, quae fere omnia hodie abolita, uel saltem non usitata esse cum constet, superuacaneum foret singulorum effectus percensere. proinde sat erit illa adnotasse, in quibus praestandis, & cuncta illa conuenisse, atque etiam nostram conuenire uerisimile uidetur. χειρονομίαν etenim siue manuum gesticulationem attenuare humores, atque sursum carnes trahere, placuit Hippocrati siue Polybo. quam similiter in inueterato capitis dolore, ubi paullatim malum soluitur, commendauit Aretaeus, ueluti & in uertiginosis, epilepticis, coeliacis. Saltatio demum, quae motu uniuersum corpus calefacit, arcendis rigoribus, atque etiam nonnullis tremoribus ualde accommodatur: priuatim ubi stomachus in concoquendo laborat, crudosue humores aggregat utile remedium exsistit. praeterea labantes coxas, infirma crura, male tutos E pedes, usque adeo confirmat, corroboratque, ut pauca inueniantur, quae simile auxilium praestare queant. neque itidem alteri cedit huiuscemodi exercitatio in extrudendis a renibus, siue uesica lapillis. Caeterum quod praegnantibus mirum in modum noceat, testatum reliquit Hippocrates, ubi cantatrici mulieri, quae ne calumnias subiret, uteri fetum abijcere cupiebat, consuluit, ut saltaret, pollicitus ea saltatione conceptum corruptum iri, ueluti postea contigit. Quicunque uero caput debile, ac uertiginosis affectibus obnoxium habent, proculdubio ab illis circuitionibus, uersuris, motibusq. continuis offenduntur: similiter oblaeduntur quibus oculi illacrymantur, aut in uidendo hebetem aciem habent, perinde namque in tripudiationibus alicui euenit, ac in rotationibus, in quibus saepe oculi tantum detrimentum patiuntur, ut nihil F omnino uideant, atque interdum cadant. Renes languidos, & supercalefactos habentes, seminisq. fluxum, γονοῤῥοίαν a Graecis uocatum, qualibet de caussa incurrentes a saltationibus abstinere conuenit: alioqui eorum affectiones ex motu calefaciente magis recrudescunt. Atque haec omnia a me dicta intelligantur de ea saltationis specie, quam antiqui sine armis obibant. quod si quis armatae, quam uocarunt, saltationis condiciones pernoscere aueat, in hunc modum uere atq. breuiter statuere rem poterit, uidelicet omnia quae ab illa gignuntur uel bona, uel mala, eadem ab hac effici, nisi quod armata uehementius membra exercet, magisque illa incalescere, & sudare facit. ob quod Galenus inter uehementes exercitationes non in postremo loco posuit, dum quis graui armatura tectus celeriter agitatur.

2. de diae. | Lib. I. cur. chr. ca. I. | in li. de natura pueri. | 2. de tu. ua.

De

A *De ludorum pilae effectibus. Cap. IV.*



LVDORVM pilae antiquitus cōplures cū apud Latinos, tū apud Graecos exstitisse species, abunde in secundo libro iudicauimus: ex quo nullum operae pretiū est hoc in loco, ubi solas exercitationū qualitates explicare proposuimus, eadem repetere: illud dūtaxat animaduerti uolo, quod & si nostra ludorum pilae genera ueterum generibus undequaque non respondeant: sunt tamen magna ex parte ualde similia: & ideo eorum commoditates atq. nocumenta singulatim enarrare studebimus, ut facta nostrorum cū illis cōparatione, quid conferant, quidue noceant, utraque simul cognosci posit. sed ne tractatio ista confundatur, sicut alias fecimus, primo graecos ludos, deinde latinos B prosequemur eodem ordine, quo supra usi fuimus. In eo etenim cōuenire cuncta harum exercitationum genera censuit Auicenna, ꝙ fortes exsistūt. Hoc praeterea commune ex omnibus huiuscemodi ludis cōmodum percipitur, quod qui in ipsis, uel ipsorū aliquo sese exercent, promptiores ad motum reddantur, ijsque uitales actiones roborentur: peculiariter uero parue pilae exercitatio inter ueloces citra uiolentiam & robur collocant Galenus atq. Paullus, cuius merito corpora crassa, ut similes exercitationes facere dictum fuit, attenuat. ideoq. apud Noniū a Lucilio scriptum inuenitur, Cum studio in gymnasio duplici corpus siccassem pila. Prima autem paruae graecorum pilae species, secundum Antylli sententiam, carnē solidam reddit, brachijs, dorso atq. pullulantibus costis magnā utilitatē praestat, cumq. in ea exercitatione crura magnopere laborēt ad acquirendum robur non parum proficiunt. C Secunda exercitationis paruae pilae species praestantissima reputabatur olim, ꝙ corpus sanum, & promptum ad motus cum robore cōiuncto praestat, adspectum firmat, neque caput replet. Tertia uero species oculos, atque brachia iuuat, spinae propter inflexiones, quae currendo fiunt, cōmodum affert, crura propter cursum mirum in modum firmat: His porro omnibus parue pilae speciebus cuncta illa cōuenire censeo, quae Galenus in libello suo illis dicato, paucis uerbis cōplexus est, uidelicet ꝙ tum animorum uirtutem pariant, tum omnes corporis partes accommodate exercendo bonam corporis ualetudinem, ac membrorum concinnitatem efficiant. Pilae magnae species prima secundum Antillum totum corpus firmat, cumq. ad deducendam infra materiam uehementer cooperetur, capiti in primis, cunctisq. superioribus partibus, non ignobile iuuamentum affert. de hoc ludo

Ca. 4. & 5.

Li. 1. fen. 3. doc. 2. c. 2.

2. de tu. ua. lib. 1. c. 18.

Orib. lib. 6. collec. cap. 32.

Lib. 9. cap. ult. do sermonem habuisse puto Alexandrum Trallianum, quando in curatione priapismi sphaerae exercitium cõmendauit, quo materia in diuersum retrahatur, & spiritus flatulẽtus digeratur. Secunda species, quae plus iusto magna pila peragitur dum proiicitur, & utraq. manu propter magnitudinẽ emittitur, brachia firmat, sed nimis duras plagas infert, ob idq. non modo aegrotis, aut conualescentibus est inutilis, uerum etiã bene ualentes immodica defatigatione afficit. Inanis pila, quam tertiã effecimus, aeque exercet, ac motoria, in qua curritur, attamen non admodum facilis est, neq. apta, atq. ideo lib 9. c. ult. omittendã eam esse consulit Oribasius ex Antylli sententia. Pilae, & magnae & paruae exercitationem uertiginosis obesse iudicauit lib. 9. c. ult. Aretaeus, quoniã capitis, & oculorum circumuolutiones, atq. intẽtiones uertigines afferunt. Coryci exercitationem inter ueloces adnumerauit Paullus, quas cum dictum a nobis sit corpora crassiora E lib. 5. chr. c. ult. attenuare, summa ratione Coelius Aurelianus ad diminuendã polysarchiã hanc exercitationẽ, quã a Graecis corycomachiam uocari 1. d diaeta. scribit, adeo probauit, secutus in hoc (opinor) Hippocratẽ, qui corycomachiã, & chironomiam idem praestare quod lucta tradidit. Hoc exercitationis genus iudicauit Antyllus musculosum corpus reddere, roburq. afferre, & praeterea uniuerso corpori aptari, nec non ob plagas, quas infligit, omnibus uisceribus idoneum exsistere. Aretaeus item in elaphanticis χορυκοβολίας laudauit. si tamen quis plagas in pectore a coryco fieri solitas cõsideret, facile sentiet, eos, qui pectore debili uexãtur, simili exercitatione periclitari, & quandoq. contingere posse ut in thorace uasa rumpatur. Atq. tot, quae de pilae Graecorum ludorum qualitatibus dici possunt. Succedunt lusus Latinorum genera, quae & ab ipsis quattuor speciebus com- F plexa omnia in usum sanitatis recepta superius demõstrauimus. Horum primum locũ obtinet exercitatio folle acta, quae uniuersum corpus exercet, sed dum brachijs impellitur, dorsum in primis atq. Li. 1. chro. cap. 4. brachia firmat. ob quod Coelium Aurelianum de hoc pilae ludo uerba fecisse existimo, quãdo in epilepticis humeros sphaerae lusu exerceri mandauit: dum uero pugnis emittitur, manibus maior utilitas contingit: ambo tamen uiscera adiuuant, calculisq. a renibus, & uesica extrudendis mirifice conferunt, coxas, & crura imbecillia In eius vita c. 80. & 83. confirmant. Nam Augustum, qui huiuscemodi affectibus corporis sollicitabatur, eorum gratia folliculi exercitiũ (ut refert Suetonius) adamasse opinor: quod cũ praecipue superiores partes exerceat, ijs, qui citatam aluum habẽt, & quos tremor corporis exercet, non si- Lib. 1. c. 6. ne ratione Cornelius Celsus prodesse scripsit. Hanc etiam exercita-

tionem

A tionem intellexisse arbitror Plinium, cum Spurinae prudētissimi, Epist.1. & sanitatis studiosissimi uiri rationem uitae obseruatam explicans, lib.3. sese pila mouere, atque tali exercitationis genere cum senectute pugnare solitum scribit, ut uere dixerit Martialis:

Folle decet pueros ludere, folle senes. Libro 4.

Pila trigonalis, quam paruam fuisse, & tertiae ab Antyllo speciei descriptae correspondere probauimus, eosdem plane, quos illa, effectus producit: peculiariter autem oculos exagitat, exercetq. dum eos intēdere semper & modo huc, modo illuc; modo sursum, modo deorsum conuertere necessarium est quocirca iure merito Horatius huiuscemodi exercitationem lippientibus obesse cecinit.

Lusum it Maecenas, dormitum ego Virgiliusq.
Namq. pila lippis damnosum & ludere crudis.

B sane lacrymosi atque lippitudine infecti oculi a quolibet, uel minimo motu magis exacerbātur: quies uero eos recreat, iuuatq. sicuti & crudos. diximus enim nullam exercitationē obeundā esse, nisi peracta cibi concoctione. Ex quo fit, ut neq. pilae lusus ullo pacto conueniat, quibus crudi, atq. indigesti cibi stomachum adhuc male habent: ueluti forte Virgilius alioqui stomacho debili natus, tunc erat, quando de ipso sic Horatius scripsit: quod si qui sunt, quorum uentres atq. stomachi flatibus repleantur, & prae frigore doloribus uexentur, tantum abest, ut exercitium pilae ipsis ullum nocumentum inferrat, ut potius calefaciendo, flatusq. insigniter discutiendo non exiguam utilitatem praebeat. qua de re laudandus est Coelius Aurelianus, qui inter ceteras pro colicis curandis exercitationes pilae ludum praecipue commendauit: quomodo item stomacho imbe- Li.4 chro. cap.7.

C cillibus simili ratione commodum esse tradidit Cornelius Celsus. lib.1. c.2.

Paganica pila ob latitudinem atq. duritiem difficultate aliqua non carebat, & iccirco potius rusticis, & duris corporibus, quam urbanis conueniret. hodie neque permittendum foret ualetudinarios, senes, atq. pueros huiusce generis motu exerceri. Harpastum, quod cum Graecorum harpasto conuenire demonstratum est, inter celeres & uehemētes exercitationes adnumerari debet: quo circa attenuare, excrementa exinanire, calorem augere, robur efficere potest: praecipue autem brachia, & humeros confirmat; quinimmo dum inuicē congredientes, seq. ne constitutus in medio excipiat pilam, mutuo uetantes laborant, maximum id uehementissimumq. Gal. lib. de est, multis, utpote colli obuersionibus, multisq. palaestricis comple pil. par. c.2 xibus commixtum, adeo ut caput, & ceruix colli obuersionibus, latera uero thoraxq. & uēter faciei elationibus, depressionibus ex-

pulsionibus, obnixibus, alijsq. palaestricis prehensionibus fatigentur, quibus etiam exercitationibus lumbi, & crura non parum tenduntur. Et iccirco, quemadmodum sanos ac robustos harpastum magis confirmat, ita eos magnopere laedere credendum est, qui uel caput debile, & collum infirmum habent, uel quibus in thorace uitium aliquod reperitur, aut qui renes, lumbosq. supercalefactos gerunt. Atque haec sunt, quae de pilae ludorum effectibus pro sanitatis studiosis ab auctoribus determinata inueniuntur. D

De luctae commoditatibus, & incommoditatibus. Cap. V.



VCTA, quae fere semper ab antiquis in magno usu, atque existimatione habita fuit, tametsi a medicis, uti diximus, non admodum ad sanitatem probata sit, hodieque a nobilibus negligatur, & quasi a solis rusticis eo modo, quo apud Priscos ab athletis, exerceatur, nonnulli tamen eam etiam pro sanitate tuenda, atque parando robore in usu habent, quos fortasse quamplures alij imitabuntur, si, quemadmodum hactenus effecimus, eius commoda, atque etiam incommoda ab auctoribus longa experientia, ac naturali ratione obseruata ipsis in medium proponemus. Quod etenim lucta uehemens, atque magna exercitatio sit, Galenus & Auicenna prae caeteris satis testatum reliquerunt. unde certum esse cuiuis potest, ab hac ipsa eadem proficisci, quae a similibus exercitationibus prouenire iam declarauimus: illud addendum erit, posse luctam sicuti antiquioribus temporibus, ita & nunc quadrupliciter fieri, alias supra pauimentum, quod genus a Plutarcho pancratium uolutatorium nuncupari prediximus: alias erecto corpore, ac utrobique, modo uehementer, modo remisse. Neque id hoc in loco praeteriri debet, penes Latinos scriptores plerumque, aut saltem interdum sub nomine palaestrae luctam intelligi, perinde ac graeci nomine πάλης continuo fere illam ipsam accipiunt. lucta quae uehementer, atque erecto corpore peragitur, secundum Hippocratem externis corporis partibus magis laborem exhibet, carnem calefacit, corroborat, ac auget. Ex Antylli uero sententia firmum, & ualidum spiritum reddit, itemque corpus solidum, ac musculosum, neruos etiam confirmat, tandemq. naturales omnes actiones corroborat, praeterea carnem densam illam quidem, & exsiccatam, sed tamen ex omni parte paucam adijcit pinguedinem, tumores ac omnia oedemata aufert: si lucta fiat interposita aliquantisper E F

Lib. 2. c. 8.

2 de diaeta.

Loco cita.

quiete,

A quiete, magis, ut sentit Aristoteles, sudorem mouet, quādo humor a requie collectus, mox exercitatione educitur: sin continua agatur, modo solis corpora exsiccare potest. Priuatim autem capiti prodest, in cuius dolore luctationem iugem adhibito magistro peractam laudat Coelius Aurelianus, sensus exacuit, ob idque fortasse Theodorus Priscianus illam pro melancholicis curandis imperat, stomachum praesertim frigidis oppressum morbis adiuuat. in quo palaestram corpus agitantem conferre, idem Coelius memoriae prodidit: non secus quoque frigidos uentres, ac genitalia membra, siquando humoribus, aut flatibus sollicitantur, magno iuuamento afficit, cum maximis illis conatibus, motibusque uniuersum prope corpus calefaciat qua ratione Oribasius palaestram siue luctam hidropisim curare, Theodorus Priscianus satyriasim exstinguere scriptis tradiderunt. B Ceterum huiuscemodi exercitatio ob ipsius uehementiam febricitantibus omnibus inimica exsistit: ut non immerito ab Hippocrate fuerit acriter Prodicus reprehensus, q luctationibus febrientes interficeret. Humidos natura haudquaquam lucta exerceri consulit Hippocrates: hac obscura satis ratione motus, ne meatus magis caui effecti repleantur: faucibus, & collo magnopere nocet: quae scilicet partes dum in compresionibus plus aequo compinguntur, diuelluntur q. dāna recipiunt. ueluti euenisse Commodo Marci Imperatoris filio scripsit Galenus, quem adhuc puerum ex lucta inflammationem oris passum fuisse recitat. Iacobum inter luctandum neruum latum oblaesisse, ob idq. & ipsum in posterū, & Iudaeorum gētes a neruorum esu abstinuisse, auctor est Iosephus in fine primi libri Antiquitatum Iudaeorum. Ad haec thoraci ual C de aliena est, cui uel uasis alicuius rupturae, uel spiritus interceptionis ex constrictionibus magnum impendet periculum. unde non temere Galenus, ne suffocētur, periclitari luctatores dixit, qui similiter renibus, & lumbis male affectis talē exercitationem fugiēdam esse uoluit, quāquam Rufus Ephesius, qui cum Critone sub Traiano Romae in medicina floruit, conualescentibus a renum morbo palaestrā minime interdixit. In ulceribus internis uitandum uoluit Celsus, ne uel luctando, uel currendo, uel alia ratione sanescentia ulcera exasperentur. Praeterea cum inter luctādum crura saepenumero insigniter flectantur, debilitate crurum affectis aduersari credendum est. Sed haec omnia intelligi debent de erecta palaestra uehementer facta. Quae uero remissius, & placide peragitur, uiceuersa secundum Antyllū carnem multam generat. ex quo fit, ut ijs qui a morbis sese reficere incipiūt, sit superiore accōmodatior, ac mini

2. Prob. 7.
Li. 1. chro. cap. 1.
lib. 2. c. 2.
lib. 3. chr. cap. 3.
lib. 6. c. 28.
Lib. 2. ad Timo. c. 21
6. Epid. cō. 3. aph. 32.
1. de dieta.
lib. de pc. ad Post.
4 d rat. vi. in acut.
In 6. epid. com. 3. aph. 6.
In libr. de passionib. renum.

mo periculo robur,& fortitudinē pariat: capiti,& thoraci prodest, D neruos corroborat. de hac locutum esse Plutarchum existimo, ubi scripsit Lycurgum corpora uirginum cursibus,luctationibus,iactibusq. discorum,& iaculorū exercuisse, ut, quemadmodū germinū radix ualidū in acribus terris principium sumens melius germinat, ita & hae partus robuste tolerātes honeste simul, ac facile aduersus dolores pugnarent. Quae porro supra pauimentum efficitur luctatio,si credimus Oribasio, praecordia atq. intestina uitiata adiuuat, lumbos imbecillos, & genua infirma fortiora reddit, sed capiti est ineptior: uolutatio in palaestra, cum a Galeno inter celeres exercitationes recēseatur,ad extenuanda corpora accōmodata erit, sicuti pro minuenda polysarchia a Coelio commendata est,&ab Aetio si in puluere fiat, ad hidropisim curandam: eam namq. humores exhauriendo refrigerare auctor est in 11. de diaeta Hippocrates: at secundum Galeni sententiam ijs magno studio fugienda erit, quos E ex leui caussa uertigines,comitiales morbi,grauis ophtalmia,uel aurium dolores male habent. simili modo,& illis,quibus tonsillae, & angina incidunt,quibusq. prompte in columellam,gingiuas,dētes, deniq. partem aliquam ex his,quae circa collum,aut totū caput habentur,fluxiones procumbunt. Hactenus de lucta. circa quam oriri posset multis dubitatio,cur Galenus,qui gymnasticam artē omnibus alijs melius calluit,non modo luctam fere nullibi ad quidquam cōmendauit,sed potius tāquam parum utilem,aut omnino noxiam damnauit: cū alias dixerit luctatoribus uasa pectoris rūpi; alias crura distorqueri, alias suffocari, alias luctam a bene instituta republica odio haberi. At huiuscemodi dubitationes ita dissoluere licet, quod ex sententia ipsius Galeni uere palaestra, sine lucta, per quam F exigua gymnasticae medicinae pars exstat, omnibusq. exercitationibus homini minus utilis: siquidem secundum ipsum iaculari, currere,equitare,saltare,uenari,nauigare,fodere, q̄ lucta exerceri melius est: & sicuti athleticae,gymnasticae luctatio magis accedit,atq. inseruit,ita quoq; a medica lōgius recedit: unde non est mirū,si Galenus eius exercitationis facultates explicare noluit, quā in medicina minimā cōmoditatem obtinere credidit. Nos autem ea,quae ab alijs auctoribus tradita inuenimus, explicāda esse duximus, non ut Galeni auctoritatē ceteris, uel ipso superiorib. quos male de exercitationibus sensisse scripsit,uel posterioribus postponam;sed ut demonstrarem,si qua a lucta exspectari cōmoda debēt,haec ab auctoribus indicata,& nulla alia fore. De ista nāque apud Hippocratem scriptum inuenio,q̄ qui exercitationibus utuntur, hieme currere,

In ei' vita.

loco citato

5. de tu. ua. cap 3.

Ad Thras. cap. 41.

Lib. de sal. diaeta.

A ac luctari debent, aestate uero luctari quidẽ parum, currere autem minime, sed multum deambulare, secũdum uentum, ac frigus. Quicumq. ex cursibus fatigati fuerint, eos luctari oportet; qui uero ex lucta fatigantur, eos currere expedit. sic enim laborans fatigata corporis parte, uel maxime calfieri, componiq. ac recreari queat.

De pugilatus pancratij, & caestuum facultatibus. Cap. VII.



VAMVIS inter ceteras exercitationes ad sanitatẽ spectãtes pugilatus minimam sibi partem uindicare uideatur, potiusq. athletarum, quam ingenuorum hominũ professionis specimen praeseferat: nihilominus si partes corporis, quae simili motu agitantur, accurate contemplemur, neq. illum sine aliquo fructu perfici statim iudicabimus: nam tum bra-
B chia, tum manus nonnullis usque adeo huius exercitationis ope firmantur, atque consolidescunt, ut etiam lapides, atq. ligna pugnis ferire, & magna spectantium admiratione confringere non dubitẽt: quos certe illis partibus optime ualere firmaq. ualetudine frui nemo negaret. ideo quicũq. brachijs, manibus, atque digitis firmari, illisq. robuste uti exoptant, quã aptiorem exercitationẽ ista requirere debeant, non uideo: eo magis quod licet antiquitus ab erectis semper pugilatus exerceretur, potest tamen interdum necessitate urgente non minus iacentibus, & sedentibus, quã ab erectis, & stantibus, seque mouẽtibus peragi: sed differt non parum ab erectis ne, an secus peragatur: quoniã in erectis, & sese mouẽtibus primo quidem superiores partes exercitationis beneficium sentiũt. at inferiores quoq. partes eo penitus non frustrantur, quod non contingit in
C iacentibus, uel sedentibus, quorum inferiora penitus otiãtur. Nocet pugilatus capiti. neque satis mirari possum, cur Aretaeus in uertiginosis eum probarit: nocet auribus, & pectori, nimirum, quae, dum admodum debilia sunt, a plagis illis, & pugnorum percussionibus magnopere offenduntur: a quibus similiter omnes illi cauere debent, quibus dentes infirmi, & labantes sunt. De manuum exercitatione memoriae traditum est ab Aristotele, quod 2.prob.5.
exercentibus manus sudor magis emanat, si ceterae corporis partes similem habitum seruent: quoniam in ea exercitatione spiritus continetur, & partes sub alis cordi propinquae fricantur: ex qua frictione cum calor increscat, tum eius, tum frictionis poros recludentis ope humor faciliter a corpore extra euocatur. De his etenim exercitationibus omnibus locutum Philagrium medicum apud Aetium puto: quãdo nocturnum seminis profluuium exercitationibus

 nibus

nibus per supernas partes factis curandum mãdauit. Quae frequen- D
tissime omnium ab athletis exercebantur, erant lucta pugilatus, &
Pancratium, luctae, atque pugilatus minimus quidem fuit in gy-
mnastica medica usus: sed Pancratio multos, quibus aliquae corpo-
2.đ tu.val. cap. vlt. ris partes male afficerentur, se curasse gloriatur Galenus. ex quo si-
cuti Pancratio se exercentes toto corpore, ut Pausanias auctor est,
certabant, similiter credere debemus, illud moderate peractũ uni-
uerso corpori ad robur acquirendum prodesse: uehementer si fiat,
6.epid. cõ. 1.aph.6. solum athletarum munus exsistere. Ad haec cũ a Galeno inter ma-
gnas exercitationes recenseatur, caliditatem augere, & consequen-
ter frigidis habitibus apprime congruere, rationi cõsentaneum est:
Li.2. ad Timot. id quod intellexisse Theodorũ Priscianum, quem alij Octauium,
Horatianum Vindiciani Archiatrorum Valentiniani comitis di-
scipulum faciũt, arbitror, quando scripsit hydropicos labore nimio E
& continuis exercitationum quassationibus forsitan curari posse:
ab Hippocrate edoctus, qui haec in v. Epid. scripta reliquit: ὑδερ-
Prope finẽ. πιώδεα δέον ταλαιπωρέειν, ἱδερῦν. quod itẽ innuere uoluisse Coe-
lium Aurelianum possibile est, ubi stomacho sollicitatos uarijs pa-
laestrarum exercitijs adhibito praeceptore exercendos cõsuluit, ut
inflationes, ac frigiditates illius remouerẽtur. quae omnia etiam de
uolutatorio pancratio fere intelligi possunt. Pancratij species, quã
diximus 2. lib. sub σωματομαχεῖν notasse Galenum, quod ad cras-
siores homines efficiendos mirifice cõferret, indicauit ibi Galenus
ex gymnastarum iudicio. quo in loco perperam Latinus interpres
athletas transtulit. Caestuum exercitationes. de quibus apud medi
cos nullam prope mentionem factam inuenio, quin aliquod bra-
chijs praesidium afferre ualeant, negare minime possum: cum tã- F
men exercitatio caestibus facta pugilatus species quaedam foret,
atque a Virgilio nomine quodam infami sub hoc uersu notetur.
Li.5. Aen. *Sin crudo fidis pugnam committere castu.*
In hanc sententiã uenio, caestus apud medicos, siue in tuenda sani
tate, siue in curãdis morbis, siue in acquirẽdo bono habitu nullũ lo
cũ habere, atq. ideo similẽ exercitationẽ penitus omitti debere. Ce
terũ illud ignorari hoc in loco nolo, pugilatũ, & caestus exercitiũ
absq. antigonista quandoq. usurpatũ, tuncq. schiamachiae, de qua
infra loquemur, & supra quoq. locuti sumus, speciẽ quãdam exsti-
Lib.3.c.4. tisse, dum. s. pugnis, & caestibus aerẽ dumtaxat percutiebant. quae
profecto exercitatio ueluti manus, atq. brachia citra molestiã exer-
cere ualet, pariter alteri cum aduersario factae praeferenda semper
erit: nempe cũ plagis illis, atq. percussionibus careat, quae plerũq.

A in huiuſcemodi pugnis utrumq. certatorẽ magna moleſtia afficere ſolent. quocirca ſi aliqui hoc genere exercitationis delectati, aſſuetiue (nã & Galenus ipſe in exercẽdis hominibus magnopere aduertebat, qua quis exercitatione delectaretur, cuiue aſſuetus foret) brachia, humeros, & manus corroborare, agilioresue reddere percupient, poterunt citra ullius noxae periculũ ſeſe dumtaxat aduerſus aerem in illo exercere, atq. eo pacto ſine plagis, & grauibus percuſſionibus, delectationem ac utilitatem optatam ſimul aſſequi: modo in reliquis ea omnia ſeruentur, quae in cunctis exercitationibus obeundis ſtudioſe obſeruanda eſſe in libro quarto docuimus.

2. ď tu. ua. cap. ult.

Ca. 10. 11. & 12.

De curſus natura. *Cap. VII.*

SICVTI pugilatum priuatam manuum exercitationẽ paucos uſus apud medicos habuiſſe oſtendimus, ita curſum, quo pedes fere ſoli exercentur, maxime utilitatis exſtitiſſe, & proinde a medicis, atq. gymnaſtis ſaepius cõmendatũ fuiſſe demonſtrabitur. Cum etenim a Galeno inter illas exercitationes reponatur, quae ueloces ſunt citra robur, atq. uiolentiã, negare haud poſſumus, quin corpora attenuet, carnes atque ſuccos minuat. id quod clariſsimis uerbis antiquiſsimus auctor Hippocrates, nec nõ Galenus ex gymnaſtarũ, & medicorũ ſententia aſſeruerunt. Eſt tamen in curſu agendo multiplex diſcrimen, quod alius uelocius, atq. uehementius; alius remiſsius & placidius peragi poteſt: & hac ratione illius effectus uariari neceſſe eſt, quemadmodũ etiã currendi modi, dum uariantur, alij in rectũ, alij in obliquũ, alij ante, alij retro, alij circulariter, alij nudis corporibus, alij tectis, alij per plana, alij per inaequales, uel montuoſas uias aguntur. Curſum quẽcumq. febrientibus detrimentũ afferre, prudẽter traditũ eſt ab Hippocrate, & a Galeno, quem a nemine aegrotos curſibus curari ſcribentẽ de ſolo uehementiore ſermonẽ habuiſſe ſentio, quando etiã in libro de parue pilae ludo, illũ ueluti non ſalubrẽ, & plus aequo uniuerſum corporis habitum extenuantẽ, nihilq. uirilis exercitationis habentẽ iure improbauit. De hoc itẽ currendi genere locutus fuit Antyllus, ubi curſum uehementẽ exercitationẽ nuncupauit. alioqui Galeno repugnantẽ ſententiam tuliſſet. Eſt igitur curſus uehemens fere ad ſanitatem defendẽdam noxius potius, quam utilis, ſiq. ullum iuuamẽtum affert, proculdubio carni, atq. immodicae pinguedini tollendae confert, ueluti cõprobauit Coelius Aurelianus. confert quoq. ex Hippocratis ſentẽtia ualde humidis corporibus, quo & ipſa humore exinaniantur, & humor amplius, atq. citius

B

2. ď tu. ua. cap. 10.

6. epid. cõ. 3. aph. 2.

C

6. epi. cõ. 3. Aphor. 31. ibidem. Aph 2.

lib. 4 chr. cap. 4. 1. de Diaeta.

citius sistatur. ob quod & in splenis aegritudinibus quibusdã stre- D
nue adeo iuuare reperitur, ut Aetius Amidenus se aliquos no-
uisse referat, qui solis cursibus, & deambulationibus ab omni af-
fectione sint liberati. Legitur apud Plutarchũ in Demosthene Or-
chomenium Laomedontẽ ad repellendũ splenis uitiũ ex medicorũ
praeceptis longis cursibus usum, atq. ita corpore laboribus subacto
certaminibus sese dedisse sacris, & inter optimos euasisse Dolicho-
dromos. Peculiariter uero ijs ualde nocet, qui capite aliquo pacto
5.partic. male afficiuntur, ex quo Aristoteles quaerẽs, cur, qui detrahere ad
prob.9. ima genus omne excrementorũ putatur, cursus si uelox fiat, tam in
hominum genere, quã in ceterorũ animaliũ facit, ut capita a mor-
bo tententur, dicit id eo euenire, quoniã motus uelox, cum uires in
tendit, & spiritum retinet, caput concalfacit, eiusq. uenas mirum in
modum inflat, attrahentesq. reddit facultatis externae, ut frigoris, E
& caloris, praeterea quae in pectore sunt, sursum attrahi cogit, ex
quibus omnibus locũ superiorem aegrotare necesse est; & iccirco
li.2. ad Ti- sapienter Theodorus Priscianus scriptũ reliquit cursum uehemen-
mot.ca.2. tem epilepticis esse penitus inhibendum. Cursus moderatus, atque
placidus ad corpora perbelle calefaciẽda, ad naturales actiones cor-
roborandas, ad appetitum excitandum plurimum ualet; priuatim
autem defluxiones, atq. catharros curare, & aliorsum uertere ido-
neus est. & iccirco ab Areteo talis pro uertiginosis commendatur,
sicut & pro elephanticis ab ipsomet, atque a Celso, qui, ubi sicca
tussis aliquem exercet spiritu retento, sed non in puluere, cursum
commendat, uti etiam in faucium interiorum exulceratione, nec
non eo morbo quem Graeci κυνικὸν σπασμὸν nominãt. licet enim
primum defluxiones excitare uideatur, eas tamen tractu temporis F
postea cohibet, & ob id ischiadicis prodesse perhibetur, in quibus
cursus initio uix crura moueri possunt: sed ubi in medio sunt, ita
properant currentes, ut morbi prope modum obliti uideantur. Sto
machum strenue firmat, uentres a flatibus & frigidis passionibus li-
berat: ut non sine ratione ipsum in curandis colicis adhibendũ con
lib.5.fer.2. sulat Coelius Aurelianus, sicut, & Aetius in hydropicis: splenis tu
cap.28. mores deprimit. & ob id merito Theodorus Priscianus spleniticos
lib.2.ad Ti mot.c.25. cursum appetere debere praedicauit. In renum morbis, & feminis
profluuio se cursum adhibuisse, tamquam adseruatum quoddam
Oribas. 6. praesidium memoriae prodidit Antyllus, quemadmodum & ijs
coll. ca.21. quorum uiscera torquentur, & qui fungos esitarunt, uel a scorpio-
nibus icti sunt, eundem profuisse obseruauit. quae tamen senten-
tia in cunctis renum affectionibus minime probanda est; quoniam

si

A si patiantur ulcus, siue nuper sint passi, a cursu non parum detrimenti capere credidit Rufus Ephesius. Quod praeter haec talis exercitatio pedes atq. crura, quorum propria actio exsistit, non parum adiuuet, compertum habetur apud omnes. Cum igitur tot cōmoda secū uehat cursitatio, non sine quoq. aliquibus incommodis (quae est communis remediorum omniū natura) haberi potest. Eam namque in primis laboriosam esse, magnus philosophus Aristoteles probauit, ubi currentem ambulanti comparans, illum magis laborare persuadere conatur, quoniam elatus, atque pendens corpus supra se totum sustinet, ambulans uero parte insistente uicissim sustentatur, quasiue parieti admotus requiescit. qua ratione item contingere dixit, ut currentes potius quā ambulantes cadamus. Cursus praeterea eodem auctore carnem refrigerat, nec alimēti reddit capaciorem; nimirum cuius pars in imum conuertitur, pars a naturali calore penitus extenuata transit in spiritum; neque uero huiuscemodi exercitatio suapte natura ullum effatu dignum nocumentum generat. si tamen uel caput, uel thoracem nō admodum firmum, uel urinam ardore solicitantem inueniat, profecto morbos uarios generat. id quod de capite Auctor quarti de acutorum uictu libri significare uoluit, dum nonnullos ob cursum capite dolere scripsit. Quod item clarius confirmat Cassius Iatrosophista, qui magna celebritate, & incredibili lucro, ut Plinius testatur Romae medicinā aetate Cornelij Celsi, a quo ingeniosissimus uocatur, exercuit. Hic enim in problematibus suis medicis caussam sciscitans, qua illis, qui leniter mouentur, si prius capitis grauitate laborent, post motum sese leuatos sentiunt; qui uero currunt, & si nullam antea grauitatem perciperent, post cursum capite grauantur: ideo euenire dicit, quoniā in sese placide mouentibus materiae ad inferiora descendētes ibi firmantur; in currentibus autem, licet humores ad infima labantur, illico tamen ad superiora resiliunt, ueluti cōtingere in pila super pauimentū iacta cernitur, quae si blande iaciatur, inibi quiescit; sin uiolenter, statim supra resilit. De thorace autē legitur apud Galenum, currentium spiritum anhelum, atque asthmaticum reddi, necnon interdum aliquod ipsis uas in pulmone aut pectore rumpi. quod non tantum intelligi debet de illis, qui ad eum affectum prius dispositi erant, uerū de alijs uehementer currētibus. Achanthio enim ille Plautinus cum ad Charinum uelocissime cucurrisset, dicit ex cursu rupisse ramicem, & iamdudum sanguinem sputare. sub ramicis nomine (ut fusius diximus primo Variarum lect. cap. 2.) pectoris uenas latiores instar uaricis significās. Alioqui scriptum

[Margin notes: lib. de affe ren. — 5. partic. prob. 38. — 5. partic. prob. 91. — Aph. 115. — Lib. 29. c. 1 — 6. Epid. com 1. 7. Metho. — In Meth.]

5.prob.16. ptum est ab Aristotele, eos, qui non concitate admodum currunt, D
numerose spirare, quod ipsorum motus proportionatus efficitur, modumq. respirandi sensibilem praestans explicare numerum ualet. illis, qui uel in bubonibus, uel alibi rupturas patientur, cursum
lib.3.c.53. cauendum praecipit Paullus. Ad haec ardorem urinae ex cursu augeri, & homines testari possunt, & cerui, qui inter currendum usque adeo huiuscemodi ardore stimulantur, ut, nisi mingant, facile capiantur. quam rem animaduertentes sagaces uenatores, eos prosequuntur, nec mingendi ipsis potestatem faciunt. Cursum item hepate laborantibus, necnon renibus male affectis inimicum esse,
lib.4.c.8. traditum est a Cornelio Celso, & ab Ephesio Rufo. Atque haec omnia de cursu recta in anteriora facto a me explicata sciantur. pro
ibidem prob. 36. quo id silentio nō esse praetereundum duco, quod Aristoteles scriptum nobis reliquit; uidelicet, eos, qui cursum concitate agunt, E
conuulsionibus maxime corripi, ubi quis inter currendum eis obstiterit: quandoquidem ea potissimum conuelluntur, quae in partem contrariam uehementer trahimus, atque mouemus. unde si homini currenti uehementerq. membra ultra propellenti quis obuiam factus obstiterit, accidit ut in partem contrariam ea retorqueantur, quae adhuc ante pertendunt, atque proripiunt. itaque conuulsio tanto uehementior incidit, quanto cursus contente magis agitur. Cursus insuper recta ad anteriora factus, atque longus
2.ð diaeta. ab Hippocrate nuncupatus secundum eius sententiam si sensim fiat, calefacit, & carnem diffundit, uerum corpora tardiora, atque crassiora reddit, multaq. comedentibus utilitatem praestat. At re-
Oribasius Loco cita. cursus in posteriora secundum Antyllum non celeriter initus, capiti, oculis, tendinibus, stomacho, & lumbis accommodatus, atque utilis est; iccirco non replet caput. Circularis uero cursus secun-
2.ð diaeta. dum Hippocratem carnem minime diffundit, attenuat autem, distendit carnem, & uentrem maxime: propterea q. acutissimo spiritu utentes humiditatē in se ipsos celerrime trahunt. qua ratione ab F
In lib. de insom. ipso in ijs commendatur, qui nigra astra in insomnijs uident, nempe quibus morbus forinsecus immineat. Caput ualde offendit, uer-
lib. de Vertig. tiginesq. ut Theophrastus scribit, abunde suggerit; thoracem, & crura uitiat; ideoq. repudiari omnino debet. Sunt cursus per accliuia magis laboriosi, magisq. thoraci, & cruribus inimici; similiter, & per montes: per decliuia uero caput uehementius afficiunt, uiscera omnia quassant, coxas debiles perturbant; per plana cursus illa omnia praestant, quae iam declarauimus. Ceterum qui tecto corpore obeuntur, & sudorem mouendo magis humectant,

&

A & carnem calefaciunt. ideoq. Coelius Aurelianus capitis dolore laborantes ut uestitos currere faciamus, magnopere curandum praecepit; quemadmodum Theodorus Priscianus scriptis mandauit cursum cum uestibus laneis peractum asthmaticis prodesse; hunc tamen decoloratiora corpora efficere; quoniam sincerus spiritus allabens ipsa non depurgat, sed in eodem spiritu exercentur; auctor est Hippocrates, qui tamen eundem in illis probauit, qui stellas deficientes in insomnijs, uident, quod secretionem in corpore humidam, ac pituitosam factam, & in externam circumferentiam illapsam esse significetur. Qui porro nudis corporibus efficiuntur, sicuti magnam sudorum copiam eliciunt, ita generose per occultos halitus euocant humores, corporaq. magis deurunt. quocirca Aristoteles sudorem, qui corpore nudo curreti prodierit, etiam B si minor sit, magis laudat, quam qui sub ueste se prompserit, argumento illorum, qui nudi cursum aestiuo tempore actitant, quique coloratiores redduntur. indutis currentibus non ob aliud certe, nisi quod, ut omnes qui loca libera & adspiratiora incolűt, melius colorantur ijs, qui impedita, & silentia tenent, sic etiam se ipso quisque coloratior est, cum ueluti spiritui afflanti placide patet, quam cum perstrictus, obductusque a calore nimio angitur. quod certe ijs accidit magis, qui uestiti percurrunt, & qui nimis dormiűt, quippe qui ueluti adstricti, & propemodum strangulati, minus reliquis se se modico somno recreantibus colore florent. Cursum uniuersim acceptum magis hieme, quam aestate ex usu esse credidit Hippocrates, siue Polybus in secundo de diaeta libro. ex aduerso Oribasius tum hieme, tum aestate media conuenire sensit. cuius C forsan sententia uerior iudicabitur, si sudorem quis aestate magis, hieme minus procurandum cum Aristotele arbitratus fuerit. sed de hoc iam supra abunde disputauimus, nec quidquam amplius remanet, quod ad finiendum hanc cursus tractationem pertineat.

Li. 2. ad Timot. c. 12. 2. de diaeta.

lib. de Insom.

2 partic. prob. 30.

Quid praestet saltus. *Cap.* *IIX.*



SALTVM inter uehementes exercitationes, quae ex robusta atq. celeri componuntur, collocandum iudicauit Galenus, & praesertim illum, qui sine ulla intermissione iugiter continuatur; qua de re ipsum calorem natiuum augere & concoquendis cibis crudisue humoribus conferre apud omnes pespectum est, licet postea capiti, atque pectori nocere

re ex eo constet; quod in huiuscemodi exercitationibus alterum ue D
hementer concutitur, alterum in inclinationibus, atque dorsi in-
flexionibus comprimitur,& ex compresionibus mox uasa tam pe-
ctoris, quam pulmonis franguntur: ut euenisse interdum narrat
5.Meth. a Galenus. Hoc praeterea saltui commune inest, ut grauidas mulie-
In prin. de res abortiri facillime faciat: neque istud ab Hippocrate solum, cete
nat. pueri. risq. uetustisimis auctoribus,ubiq. confirmatum est; uerum etiam
ipsa rerum parens,optimaq. magistra natura nos uberrime edocuit,
nimirum quae capreas, & cetera brutorum genera saltantia firma-
14. de usu mentis quibusdam, ut indicat Galenus, muniuit, ne ligamenta,
partium. quibus fetus in utero continetur, dum illa saltare coguntur, faci-
liter disrumperentur; quod munimen cum humani generis femi-
nis nequaquam concesserit, opinor eam eo consilio id effecisse, ut
cognoscerent homines,dum mulieres in utero gerunt,quaslibet sal E
tandi occasiones ipsis effugiẽdas esse. Multae sunt saltus species,qua
rum duas Oribasius Antyllum secutus nominauit,exsilitionem ui-
delicet,atq. saltum ita proprie uocatum. de exsilitione, quae quo-
dammodo cursui adsimilatur,hanc sententiam tulit, illam diutur-
nis capitis morbis accommodari,thoracem adiuuare, cum inflexio-
nibus ualentibus careat; materiam, quae ad partes superiores rapi-
tur, ad inferiora reclinare, cruribus imbecillis, sese non alentibus,
ex carnibus,stupidis,atque tremulis praesidium afferre. hanc etiam
In eius vita intellexisse opinor Suetonium, ubi Augustum ambulare solitum,
cap. 83. ita ut in extremis spatijs subsultim decurreret, scribit, quasi sic in-
firmitati coxendicum femoris, & cruris sinistri, necnon uesicae
calculis, quibus affligebatur, saepe occurreret. De saltu uero pro-
prie sic appellato dixit, eum materiam infra exactius deducere, sed
quia thoracem nimis,& uiolentia motus, & magnis inflexionibus
concutit, eius affectionibus minime conuenire; uerumtamen, &
ad motum, & ad actiones promptum corpus ualde reddere; quod F
Li. 2. c. 11. si ad nates efficiatur saltus, qualẽ Lacaenarum mulierum fuisse iam
diximus,caput,ex eiusdem Antylli sententia, peculiariter purgat,
Lib. 1. cur. & purgando siccat. atque de hoc mentionem fecisse Aretaeum pu
chr. cap. 1. to, ubi in uetere capitis dolore saltum, & ξυνδιπαίδευτον ἀνείλη-
σιν laudauit, sicut & ἅφαλσιν in uertiginosis. euocat etiam men-
struas mulierum purgationes, & fetus nimium adhaerentes expel-
In li. de na. lit, quemadmodum Hippocrates testatum reliquit; secundas quo-
pueri. que retentas quassationis merito deijcit, necnon uterum, qui su-
pra sese contraxit,in suum locum trahit,haemorrhoidas prouocat,
lapillos ex renibus ad uesicam detrudit: genibus tamen ob conti-

nuas,

A nuas,& nimis uiolentas flexiones, summopere nocet. Qui uersus altum peraguntur saltus sicuti coxas iuuant, ita pectori detrimentum afferunt: qui ad inferiora fiunt, caput a superfluitatibus, quas reclinant ad infimas partes, emundant, crura corroborant; ceterum uiscera omnia uehementius quassant, & ob id etiam qui uel hernias patiuntur, uel quas uocant alias crepaturas, uel uaricibus crura tumida gerunt, huiuscemodi exercitationes summo studio ex Paulli sententia uitare debent, sed & podagrici omnes, & qui leui qualibet de caussa a destillationibus ad pedes, tumoribusq. omnibus molestantur. saltus igitur hi sunt effectus, quem ubi purgatio ac phlebotomia necessaria est, nec uel aetatis ratione uel ob aliquod aliud impedimentum ulla earum administrari potest, pro ipsis supplere, redundantesq. humores exinanire manifestauit Gale- B nus; licet postea apud uarios medicinae auctores, & potissimum apud Rufum Ephesium inuenerim, eundemmet saltum ijs obesse, qui facile sanguinis mictum, aut fluxum, quiue renum imbecillitatem, ac feruorem incurrunt, necnon ulcus in ipsis aut habent aut mox habuerunt: quinimmo etiam sanis renibus interdum a saltu ualido frangi uenas, scriptum est apud Aetium. quae omnia de saltu simpliciter facto intelligenda esse uolo. Qui enim manibus uel lapide, uel plumbo, uel aliquo alio plenis saltare nituntur, ab alijs in hoc differunt, ut dicebant Aristoteles & Theophrastus, quod illi inanem iactantes manum maiorem brachio laborem pariunt: hi uero minorem; siquidem brachium inani iactatione quasi conuellitur, cum in nulla re nitatur; in iactatione uero pondusculis manu apprehensis facta nulla huiuscemodi conuulsio contingit, C quando saltans id manibus tenet, qui quasi nititur, quo minus fatiscat, haud aliter, atque currentes, qui dum manus inuicem quatiunt, uelocius procurrunt, quam manibus tensis, atque otiosis; quoniam ita quasi sese sustentant, in eaq. manuum diuaricatione, & explicatione innixi uehementius, firmius, & consequenter uelocius mouentur.

Lib. 3. c

6. epi. c aph. 2.

Lib. de fionib.

5. parti pb. 8. 1 περὶ πον.

Aristo de cõi liũ gre

De Halterum condicionibus. Cap. IX.



ALTERIBVS factam exercitationem duram esse, atq. uehementem, praeter Antyllum comprobauit quoq. ipse Galenus, dũ in huiuscemodi ponderibus apprehẽdendis, iactandis q. musculos omnes, atq. neruos ualidissime intendi confessus est. qua ratione efficitur, ut affatim corpus

Orib. l cap. 34 2. d tu

pus calefacere haec exercitatio idonea sit, & praesertim dorsum, D
quod maxime in iactandis halteribus satisfacere uidetur; praeterea
carnem creat; priuatim uero superiores partes ab illa exerceri me-
6. de tu. ua. cap.14. moriae mandauit Galenus: cuius ratione ante ipsum Aretaeus hu-
iuscemodi exercitationem in antiquo capitis dolore, qui paullatim
finiatur, usu probauit, ueluti etiam in coeliacis & uertiginosis. Sed
Oribasius Antylli auctoritate humeros ipsam exercitare, stoma-
chóq., quem diffluxio infestat, quiq. imbecillus est, & in quo ci-
bus acescit, siue cum labore concoquitur, accommodari scribit: lau-
Li.5. chro. cap.2. dat in arthriticis Coelius Aurelianus, ut primo manibus cera emol-
lienda detur, aut manipuli teneantur, quos palaestritae halteras ap-
pellant, tum primo cerei, siue lignei cum paruo plumbo intercluso
mouendi porrigantur, deinde grauiores pro modo profectus: Ga-
6. de tu. ua. cap.14. lenus cuidam, qui mordax, praecalidumque semen inter emitten- E
dum sentire non tantum se, sed etiam mulieres, cum quibus rem ha
beret, referebat, inter cetera auxilia sese halteribus exerceret sua-
lib.9.c.ult. sit: quem postea secutus Alexander Trallianus in priapismo curan
do huiuscemodi exercitationem commendauit, quod animaduer-
teret ipsam non modo ad retundendum, infirmandumq. semen,
uerumetiam ad materiam in diuersum trahendam, spiritusq. flatu
de cōp. me. p genera. cap. 2. lentos digerendos conducere. similiter quoq. Galen. in ulcerum
crurum curatione, nisi quid aliud impediat, halteribus peractam
exercitationem probauit, propterea quod sic impeditur, quo mi-
6. epi. cō. 3. aph.2. nus humores ulceribus noxij ad partes inferiores delabantur. Idem
etiam, ubi purgatio, aut phlebotomia requiritur, nec eas aetas, aut
aegrotantis uoluntas permittit, loco ipsarum supplere iudicauit.
Verum enim uero neq. capite, neq. thoraci similem exercitationē F
congruere ullus affirmaret, quorum alterum nimis, atq. inaequa-
liter agitatur, alterius autem uasa, ne ob maximā, qua brachia utun
tur, uim aliquo pacto labefactentur, periculum imminet. Quam
rem fortasse considerans Martialis, fossionem, quam Galenus, &
exercitationem simul, & opus fecit, sicut supra ostendimus, huic
exercitationi proposuit sub hisce uersibus.

Lib.14. *Quid pereunt stulto fortes haltere lacerti?*
Exercet melius vinea fossa viros.

Huius cum secundo libro tria fecerimus genera, Primum ea om-
nia praestare creditur, quae iam enarrauimus: Alterum uero par-
ticulari quadam facultate crura, neruosq. confirmare, & materiam
deducere scripsit Antyllus; ueluti & tertium spinam, illaq. iuua-
re, & mollire, sed caput pessime afficere dixit. Vnum illud hisce

omni-

A omnibus adiungere opportunum duco, quod quamuis hac tempestate figura illa halterum antiquorum a Pausania descripta in usu non habeatur, cum tamen loco eorum apud alios massulae plumbeae, ferreaeue, apud alios lateres ac lapides prope sphaerici & graues usurpentur, nihil figura illa refert ad uariandos effectus, efficiēdumue, ne eadem facultas tam in usu nostrorum, quam in priscorum inueniatur, eo magis quod haud secus qui hodie sese exercent in lapidibus, uel massulis proijciendis, brachia, dorsum, omnesq. superiores partes mouent, contorquentue ac faciebant antiqui halterum exercitatores. ut hac una ratione omnes effectus a nobis supra expositi in nostris etiam exercitationibus expectari debeant. 5. Eliacor.

De disci, atque iaculationis effectibus. *Cap. X.*

B



E disco quamuis apud medicinae probatos auctores, paucam omnino mentionem factam inueniam, ob idq. fortasse locus iste dimitti postularet; quoniam tamen a Galeno proditum fuit, disci iactum, nedum exercitationem apud antiquos exstitisse, in gymnasijsque fieri solitam, uerum etiam inter uehementes exercitationes haud postremum locum obtinuisse, atque hodie quoq. apud multas nationes in usum exercendorum corporum uenire, proinde siccis (ut aiunt) pedibus praeterire illum omnino nolui. Quo circa in primis sciendum erit, hanc exercitationem, modo in ceteris non delinquatur, accommodate calefacere, & propterea frigidis corporibus, atq. illis, quibus ueloces exercitationes negantur, perfecte conuenire,
C necnon imbecillos, & inferioribus membris inualidos moderate corroborare. cum etenim magni atque uehementes obnixus in lōgius discum pruijciendo requirantur, fit ut uehementia motus, ac musculorum intensione artus magis solidescant, & ab excrementis purgentur. cuius purgationis merito consuluit quandoque Galenus, ut, si quando purgatio, & phlebotomia requireretur, nec ipsae aliquibus impedimentis adhiberi possent, earum uice per discum facta exercitatio admitteretur, quae nimirum id praestaret, quod in phlebotomia, & medicamentorum purgatione, ex optaretur: peculiariter autem exercitatio ista brachia, lumbos, ac denique uniuersum dorsum corroborare idonea est, quae scilicet partes in ipso maxime omnium agitantur: in uertiginosis quoque ab Arctaeo commendatur. Ab illis uero magnopere euitari debet, quicumque aut renes, aut thoracem male affectos habent: nam il- In 6. epid. cō. 3. aph. 2.

li feruidiores, atque flaccidiores redditi incredibilem quandam dis- D
solutionem contrahunt; huius interna aliqua uasa, ut testatum fe-
cit Galenus, non raro disrumpuntur. Et ne quis credat, eandem
exercitationem exstitisse halterum, atque disci, sciendum praeter
lib. 2. c. 12. uariam utriusque figuram iam a nobis in superioribus libris decla-
ratam, hoc quoque discrimen habuisse, quod halteres uarijs con-
torsionibus altius agebantur, discus uero, etsi in altum proijcere-
tur, tamen longitudo spatij iactatione peracti potius metiebatur eo
ferme pacto, quo hac tempestate faciunt, qui sese in lateribus ob-
longis proijciendis exercent, in quibus ijdem effectus uidentur, qui
olim in discobolis uisebantur. Iaculatio porro sicuti a disci iactu pa
rum in ipsa proiectione differre uidetur, ita quoque uires similes &
ad nocendum, & ad iuuandum obtinere credendum est. quo fit ut
pauca de hac exercitatione nobis dicenda relinquantur. Illud mi- E
nime silentio obuolui debere sentio, ueteres scilicet non sine my-
sterio Aesculapium, atque Apollinem, ambos medicinae auctores,
ambos sanitatis magistros arti iaculãdi tamquam Deos praefecisse;
nimirum hac sententia innuentes, huiuscemodi exercitationem
bonae ualetudinis conseruationi, boniq. habitus acquisitioni stre-
nuam opem afferre. cuius exercitationis postquam plures species
effecimus, alias a iaculorum, siue sagittarum uarietate desumptas,
alias ab arcubus seu balistis, quibus illae emittuntur, acceptas, om-
nes eandem plane facultatem possidere autumo, nisi quod eos,
qui in ferreis uocatis palis iaciendis exercentur, hoc admonitos ue-
lim, ut magnam curam adhibeant; quoniam saepe numero perito-
naeum disrumpi, intestinaq. in scrotum descendere, & per conse-
quens hernias in similibus exercitationibus generari experientia F
compertum est: cumq. in emittendo maxima uis, atque intensa
spiritus retentio adhibeatur, pectori adstricto, atque infirmo hu-
iuscemodi iaculationem aduersari puto. Non est quoq. illud igno
5. de finib. bo. & mal. randum, quod Marcus Tullius memoriae prodidit, Philoctetem,
dum cruciaretur, non ferendis doloribus propagasse tamen uitam
aucupio sagittarum iaculatione facto.



De

A De deambulationum qualitatibus. Cap. XI.


I ullum est exercitationis genus, quod illis, qui sanitati operam nauant, maxime quaerendum, atque cognoscendum sit, quodq. ceteris quibuscumque frequentius a cunctis fere hominibus, omniq. tempore exerceatur, unam proculdubio deambulationem esse nemo negabit: si quidē nullus est, siue puer, siue adultus, siue senex, qui non modo eam praestantissimam, sed solam exercitationem non credat. pauci tamen reperiuntur, qui uel ratione, uel longo usu, quibus quaeque corporis partibus, & prosit, & noceat, perfectè animaduerterint: id quod euenisse existimo, cum ob uarias illius species, tum ob posteriorum hominum incuriam, qui & in huiuscemodi rebus, & in B quampluribus alijs antiquioribus negligentius, atque oscitantius sese gesserunt. Quamobrem operaepretium facturum me esse spero, si, deambulationum species praecipuas recensens, consequenter quid unaquaeq. tam boni, quam mali efficere ualeat, demonstrauero. sed duo ante cetera ab omnibus considerari cupio. Primum quod saepe inuenire est apud auctores medicinae Graecos, & Latinos, praecipi simul ambulationes, & exercitationes; quasi illae ab his separatae nec exercitationes sint. quorum sententias sic interpretari uolo, ut semper, dum ipsas seiungunt, sub nomine exercitationum, eas, quae proprie ita appellantur, significent; cum ambulationes communiter, & non proprie exercitationes appellari mereantur: Alterum est, duas Galenum, & eos, qui ipsius doctrinam secuti fuerunt, deambulationis principales species tradidisse, C alteram apotherapeuticam a medicis nuncupatam, necnon post relictos aliarum exercitationum labores adhiberi solitam, de qua nō est nunc instituti nostri multa uerba facere; alteram simplici nomine deambulationis appellatam, qua uti auxilio quodam, aut in affectis corporibus ad reparandam ualetudinem, aut in sanis ad conseruandam, atque augendam maiores utebantur, nosque uti possumus. atque de hac erit tota nostra tractatio; cui ideo Galenus nullam propriam differentiam, ut fecit in ceteris exercitationibus, assignauit; quoniam, cum tot species habeat, non parum diuersas, sub unica illas omnes differentia comprehendere impossibile uidetur. Deambulationes itaq. diuiduntur tum a motu ipso, a quo (ut sic dicam) earum essentia exsistit; tum a loco, in quo perficiuntur; tum a tempore. A motu, quoniam aliae celeres sunt, aliae tardae, aliae uehementes, aliae remissae, aliae multae, aliae paucae, aliae

mediocres,aliae longae, & rectae, aliae breues, & reuerſiuae, atq. D
hae,uel totis pedibus,uel ſummis digitis,uel calcibus. A loco,quoniam aliae fiunt in montibus,aliae in uijs planis; & quae in uijs planis,aliae in inaequalibus, aliae in aequalibus,& uel ſub porticu,uel ſub Dio uel ſub Sole. A tempore,quoniam aliae fiunt hieme,aliae aeſtate,aliae mane,aliae ueſpere,aliae ante cibum,aliae a cibo. Tot enim deambulationum diſcrimina(ne minutius rem partiar) apud auctores, atque ex ipſa rei natura, experientiaue reperio: quarum nonnullae ſane poſſunt eſſe apotherapeuticae,ſicut apud antiquos
Oribaſ. 6.colle. cap.21. fuerunt. At non eſt ignorandum,tunc illas in uſum uenire, quãdo iam confectae ſint grauiores exercitationes, ſiue poſt purgationes, quas medicamenta fecerint, & poſt ſublitionem oculorum, & poſt copioſum uomitum: atque hoc deambulationis genus aptum eſt animum remittere,ſpiritum commutare, in ordinemq. adducere, E
quae diſtenta ſunt ſoluere,itemq. thoracem purgare,& facilem reſpirationem reddere,inſtrumenta ſenſus roborare,uentriculum firmare, &, quod maximi refert, omnem affectionem, quae laſſitudinis ſenſum infert, quaeq. perturbat,explicare, atque diſſoluere.
2.de diaeta. prope finẽ de iſta loquebatur Hippocrates quando ſcripſit, deambulationes poſt exercitationes corpora pura reddere,attenuareq., minime uero permittere, ut caro prae labore colliquetur, ſed ipſam purgare. Atqui deambulationum ſimplicium mediocris ceteris omnibus ma
16 famil. Epiſt lib. gis ex uſu eſt: de qua intelligendus eſt M. Tullij locus quando is Tironi conſulens, ut ualetudinem curaret, ab ipſa quinque poſtulari ſcripſit, πέψιν, ἀλυπίαν, περίπατον σύμμετρον, τέρψιν, εὐλυσίαν κοιλίας, ideſt ciborum coctionem, triſtitiae carentiam,ambulationem moderatam,oblectationem, & alui ſolutionem facilẽ. medio- F
crem autem appello ambulationem, quae inter differentias enumeratas nihil alioquin excedit, aut deficit,multa tamen,atque contenta ſit, quemadmodum ambulationem profuturam eſſe debere tra-
Orib.ibid. didit Antyllus,quae,ut ſentit idem, capiti, oculis, gurgulioni,tho-
7.epiſt.79. raci,niſi adſit ſputum ſanguinis,male affectis auxiliatur. De hac lo-
Epiſt.79. quebatur Seneca,quãdo ſeſe deſtillationi,a qua ualde affligtabatur, deambulatione ſuccurrere fatebatur,hanc eandẽ pro inſania,proq.
Lib.chr 1. c.5 & li.3. cap.3. aſthmate curandis Coelius Aurelianus commendabat:eſt uero etiã maxime utilis ſtomacho humeſcenti, dolenti, & in quo alimenta coaceſcunt, corrumpunturue. In arquatis, ſiue ictericis curandis ea uſus Archigenes inuenitur. ſimiliter efficax eſt ad mulieres,quibus ſuppreſſae ſunt purgationes, & cum aluus ſiſtitur, cibi ſupernatant, urina retinetur. nõ mediocriter quoq. coxendicis morbis

A bis prodest, & ad summam omnibus ijs, in quibus necesse est aut a superioribus partibus ad inferiores aliquid defluere, aut quae ad inferiores partes propensa feruntur, excernere. Iam uero febrientibus omnibus deambulatio huiuscemodi obest, nimirum quae, ut sentit Galenus, calorem, & consequenter febres augeat; nocet epilepticis, sanguinem excreantibus, mingentibusue, aut seminis defluuium patientibus. Porro uelox deambulatio magnopere calefacit, magnitudinem carnis, si quid aliud, tollit. cuius gratia Coelius Aurelianus eam in colicis affectibus, in quibus requiritur calor, atque in polysarchia adhibendam esse iudicauit. Ambulationes tardae fere eadem praestant, quae ab apotherapeutica effici diximus: quo circa ualetudinarijs senibus imbecillioribus, & ijs, quos post cibum ambulare delectat, quiq. nuper a somno expergiscuntur, aut ad maiores exercitationes ineundas sese praeparare uolunt, aut quauis parte dolent, accommodatae erunt. Has etiam esse crediderim, quas Hippocrates, Auicenna, & Haly a cena ad magis cibum in uentriculi fundo ubi citius absoluitur coctio accommodandum probarunt, quasq. Galenus 7. Methodi pro reficiendis corporibus exsiccatis commendat. In capitis dolore Coelius Aurelianus probauit, ut laborãs deambulatione exerceretur, primo tarda, dehinc medio tempore fortiori, atq. paullo erectiori extentis cruribus; idem & pro epilepticis ambulationem leuẽ probauit, nempe quae sine capitis concussione humores a supremis ad infima deducere, eos leniter dissipare, attenuare, & uniuersum corporis habitum citra noxam calefacere ualeat; quarum omnium gratia eam in quartanarijs, ubi paroxismus non affligit, iuuare, minorem fatigationem quam stare pedibus afferre, tradidit Galenus. In spirandi difficultate & in sacro igne similiter, quem graeci ἕρπητα, Scribonius, Zonam, Plinius circinum uocant, ambulationem huiuscemodi conducere testatum reliquit Cornelius Celsus; quam & pro elephantiasi curãda in usu habendam esse consuluit cum eo Coelius. uehemens siue nimia deambulatio frigidos adiuuat & ea ratione a Celso ad debellandum corporis tremorem usurpatur; anhelitum auget, & flatus discutit, ac capita debilia magnopere perturbat, & ob id iure reprehendendus est Praxagoras, qui in epilepticis plurimas, & uehementi motu celebratas deambulationes adhibebat: pedibus similiter debilibus, & suscipiendae podagrae expositis nocet; quandoquidem ob nimias deambulationes non raro ischiadicos dolores & podagram generari, scribit Galenus; sicuti ex aduerso remissam arthriticis, & podagricis & ulceribus in-

6. Epid. com 3. aph 3.

li. 4 chro. cap. 7. & lib. 5. c. ult.

B

2. de acutis
2. 1. doct. 2. ca. 7.
par. 1. 13.
7. Metho.

1. chronic. cap. 1.
Cap. 4.

C

1. ad Glau.

lib. 3. de re med. c. 33.

li. 4 c. 4 & lib. 5. c. 28.
Li 4. chro. cap. 3.

ternis conuenire, insinuarunt Coelius, & Celsus, ubi deambulationẽ molli stramine, coaequato solo peractam ipsis commendauit. debent enim (ut scriptũ est a Tralliano) qui podagra & articulorũ affectionibus turbantur, μετρίως, & ἄνευ κόπου πολλοῦ moueri, potissimumq. ante, & non post cibos. Nam lassitudo his maxime aduersatur, ut quae articulos plus iusto calefaciat, & inflammet, ipsiq. aliam rursus materiam ex longinquioribus particulis ad se attrahentes, arripientesq. fluxibus iugiter caussam suggerant. Multa deambulatio secundum Antylli sententiã iuuat eos, qui caput, uel thoracem male affectum habent, & a quibus infernae corporis partes non nutriuntur, quiue in exercitationibus uehemẽtiori motu egẽt; pauca uero prodest ijs, qui post exercitationes non lauantur, quibus a cibo deambulationibus opus est, ut is in fundum stomachi descendat, & quibus grauitas in corpore sentitur. Longa & recta ambulatio minorem, quam breuis, molestiam parit, capiti prodest: ut non immerito Coelius, atq. Cornelius Celsus epilepticis curandis eam ex usu esse iudicauerint; at nimis exsugit, humiditates, atq. exsiccat. ob idq. merito accusandus est Themison, qui atrophia laborantes duodecim stadiorum spatiũ gressu conficere suadebat. Longa & concitata singultui comprimẽdo secundum Aetij sententiã strenue prodest: breuis sicuti magis fatigat, cum (ut dicebat Aristoteles) ex motu & quiete inter reflectendum orta constans diuersitatis illius opera laborem inferat, ita quoq. reuersionibus illis continuis caput labefactat: & propterea ab eodem Coelio non sine ratione epilepticis damnatur; cuius rei caussa ambulatio quoq. circularis merito improbanda est, ut pote quae caput uertiginosum reddat & oculis uehementer noceat. Nã Cassius medicus antiquus in libello problematũ, quem graeca lingua conscripsit, caussam indagans, ob quã motus recto tramite facti uertiginẽ non generent, sed solum circulares, ob id accidere dicit, quia motus recti minime difflationem materiae impediunt, circulares uero eã fieri non sinunt, quod aer uehementius illisus prohibeat; ad haec materiae intus agitantur, quemadmodũ & foris, ubi circumlatae, neq. foras prodire ualentes motũ in capite uertiginosum efficiunt. sicuti namq. icterici omnes externos sapores amaros sentiũt, & qui suffusiones in oculis patiuntur, quoscumque colores rubeos iudicant, similiter in circularibus motibus, cũ in oculis humores in orbem agantur, omnia externa circumferri uidentur, sicq. uertiginosa passio oboritur. Ex ambulationibus, quae cum intensione crurum calcibus incumbendo fiunt, quemadmodũ scriptum est ab Antyllo, capiti male affecto

Oribasius ibidem. lib. 1. c. 4. Lib. 3. c. 33. Cel. lib. 3. chronic. 7.

Probl. 38.

D E F

A cto conueniunt, itemq. thoraci humidiori, utero conuulsio, purgationi suppressae, partibus infernis ab alimento fructum non capientibus, & omnino quibus materia sursum repit. Quae uero extremis digitis obeuntur, eas obseruatum fuit, proprie lippientibus, & aluo suppressae utiles esse. Quae uero totis pedibus fiunt, cum sub aliqua semper praedictarum differentiarum comprehendantur, ipsarum etiam facultates obtinere, rationi consentaneum est. Atque haec de speciebus ab ipso motu desumptis.

Iterum de deambulationum qualitatibus. Cap. XII.

INTER deambulationum species, quae a loco accipiuntur, illae, quae fiunt in montibus, aut adscendendo, aut
B descẽdẽdo exercentur. si fiant adscẽdendo, ualde profecto uniuersum corpus fatigatur, quoniam referente Ga- 1. d tu. ual. cap. 9.
leno attolluntur eo motus genere, & perinde ac onus quoddam sustinentur ab ijs, quae primum mouentur instrumentis, reliqua corporis membra uniuersa. scribit Aristotel. ambulationes per accliuia, tametsi sint hebetiores motus, magis sudorem prouocare, quã 2. partic. prob. 38.
per decliuia, nec non spiritum prosistere; quoniam graui cuiq., ut deorsum ferri secundum naturam est, sic ferri sursum contra naturam, itaq. caloris natura, quae nostra prouehit corpora, ut nihil per decliue laborat, sic per accliue pressa onere nititur, acriusq. ob eiusmodi motum incalescit, & sudorem mouet, & spiritum prosistit, cum etiam corporis uarius inflexus non nihil afferre caussae posit, ut directa spirandi reciprocatio auferatur. qua ratione secundum
C Antylli sententiam talis ambulatio etiam thoraci, qui spiritum exiguum ducat, & praesertim ante cibum confert, maiorumq. exercitationum uice nonnumquam supplet. Legitur de Demosthene, consueuisse ipsum adscendẽdo deambulare, atq. inter ambulandũ orationes pronunciare, quo sic productae spiritus contentioni, qua oratores in dicendo opus habent, assuesceret. Verum enim uero genibus infirmis eadem ualde aduersatur; propterea quod dicebat Aristoteles, dũ adscendimus, non corpus sursum iactare, distentionemq. corporis & genuum mouere; ad haec genua ipsa, quae secundum naturam in anteriorem partem flecti nata sunt, quasi contra naturã flecti retro, ob idq. magnopere dolere atq. laborare. Ex altera parte ambulatio decliuis, quae descẽdendo obitur, magis altera a capite ad inferiores partes trahit; at femora inualida nõ parũ laedit, nimirum quae & eiusdem Aristotelis sententia in hoc mo- 5. partic. prob.

tu contra Naturae inclinationem ante aguntur, quasiq. mouendo D
crura uniuersi corporis pondus sustinent, & proinde uehementer fatigantur. Ambulationes quae tum adscendendo, tum descendendo peraguntur a Cornelio Celso comprobantur, eo quod ita uarietate quadam corpus uniuersum moueatur; nisi tamen id perquam imbecillum sit. Quae uero fiunt in uijs planis, & aequalibus ex sententia Aristotelis ob motus, quam seruant (ut sic dicam) uniformitatem, magis corpus labore afficiunt, & ob naturae, quam tenent similitudinem, citius labores finiunt, necnon ad spiritum, & ad corpus aequaliter constituendum magis accommodatae sunt, quam factae in aequalibus. At deambulationes per inaequales uias factae non modo minus fatigant, uerum etiam utiles ijs sunt, qui cito deambulando defatigantur. atque hoc Antyllus intelligebat, cum ambulationes, quae in uijs peragũtur, minori cum labore fieri scri- E
psit, quam eas, quas in locis deambulationibus dicatis obimus. Hoc idem innuere uoluit Acumenus medicus apud Platonem in Phaedro, ubi ambulationem in uijs ambulationi in cursibus praeposuit, de quo supra latius disputauimus. neque aliud intellexit Ischomacus apud Xenophontem, quando ambulationem, qua ipse in agrum seruum cum equo sequebatur, ambulationi in xystis factae praetulit. in his tamen disterminandis ualde refert, numquid in pratis, in locis asperis, an in arenosis efficiantur; quoniam si fiant in pratis, blandissimae proculdubio sunt, nihil omnino sensus tentant, nihil commouent, at eas caput implere, tum propter odoris suauitatem, tum propter humiditatem, quae illis inhaeret, auctor est Antyllus. Factae in locis asperis caput replent. Quando autem in arena, & maxime profunda (quod genus est uehementissimae F
exercitationis) aguntur, magna efficacia pollent ad omnes corporis partes firmandas, corroborandasq. cuius gratia Augustus dum coxendice, & femore, & crure sinistro, non satis bene ualeret, immo saepe ea parte claudicaret, hac deambulatione confirmabatur. sic enim locum Suetonij interpretari debere censeo. ubi eum arenarum, & arũdinum remedio usum tradit, arenarum quidem tum ad desiccandas fluxiones, tum ad confirmandam ut iudicaui coxam arundinum ad continendum, & claudicationem impediendum. quod quo modo fieri debet, edocuit Cato lib. de re rust. cap. 160. Ad materiam subinde, e supernis ad infernas partes deducendum, eamque dissipandam potentissimae exsistunt, & ideo male forsan a Coelio taxatur Erasistratus, quod deambulatione in arenosis locis paralyticos exercendos suaderet. sub porticu factae ambulationes,

aut

Marginal notes: lib. 1. c. 2. — Oribasius Loco citat. — In Oecon. — In uita Augusti. c 80. — li 2. chro. cap. 1.

A aut loco concluso, ut spelunca & similibus a Celso, & ab alijs non admodum probantur: quandoquidem aere libero non fruuntur, sed intemperato, uitioso, crasso, corpusque uniuersum replente: nisi tamen porticus, aut loci cooperti in locis sint domus superioribus, ac tabulis stratis, ubi ambulationes ceteris quibusque ab Antyllo anteponuntur, quod uaporum, qui e terra effluunt, sint expertes, aeremque puriorem habeant. Nec opponendum est huic sententiae nostrae, quod antiqui cryptoporticus in usum istum exaedificatas haberent: quia illis dumtaxat utebantur, quando pluuie, tempestates, aut immodici uentorum impetus, aerisque iniquitas uetabant, quo minus in aperto aere deambularent, quo tempore, neque nos illas refutamus. Ceterum quae fiunt sub Dio, omnes factis in porticu a Cornelio Celso praeferuntur. A Vitru- B uio quoque ualde celebrantur Hypaethrae ambulationes, & praesertim si uiridia adsint, quod tales magnam salubritatem habeant: & primum oculorum, quod ex uiridibus subtilis, & extenuatus aer, propter motionem corporis influens perlimat speciem, & ita auferens ex oculis humorem crassum, aciem tenuem, & acutam speciem relinquit. Praeterea cum corpus in ambulatione calescat, humorem ex membris aer exugendo imminuit plenitates, extenuatque dissipando, quod plus inest, quam corpus potest sustinere, ex quo ut in hypaethris locis ab aere humores ex corporibus exugerentur molestiores, quemadmodum ex terra per nebulas uidentur: consuluit architectorum princeps amplissima, & ornatissima sub dio hypaethrisque ambulando collocari in ciuitatibus aedificia. Verumenim uero apud medicos subdiales hae deambu- C lationes plurimas differentias obtinuerunt. nam quando prope mare fiunt, & siccandi, & crassos humores attenuandi uim habent; quando circa flumina, & stagna, humectare possunt: sed utraque nocent, & praesertim stagna, ideoque non temere has omnes in Epilepticis damnauit Aretaeus, quando in mediterraneis partibus aguntur, quemadmodum supradictis sunt praestantiores, ita quoque factis circa mare cedunt. quando in rore, humectant nō sine damno: sed si in locis auium uolatu frequentatis ambules, efficacissimus is motus erit ad euocandum per halitum, & ad leuandum, haud secus, atque si in sublimibus locis ambules. Quae deinde sub Dio in locis uento minus perflatis ambulatio efficitur, ualet secundum Antylli sententiam ad euocandum per halitum, & ad excrementa dispergenda: itemque remittit, nec ferit. hanc Aetius in colicis doloribus a frigida caussa ortis commendauit. sed

Lib. 3. c. 2.

Loco citato.

Lib. 5. c. 9.

Oribasius loco citato

quae

quae perflante uento peragitur, si sub borea, tusses excitat, thoracemque laedit, at uires collabentes firmat, sensuum integritatem affert, stomachumque dissolutum roborat. atque de hac fortasse lo- D
Lib. 3. chr. cap. 2. quebatur Coelius Aurelianus, dum stomachicis deambulationes sub Dio pro modo uirium adhibendas consulebat, si sub Austro, caput replet, sensuum instrumenta hebetat, aluum mollit, atque ad dissoluendum ualet: si zephyris spirantibus, talis ambulatio ceteris omnibus, quae in uento fiunt, praestat: non enim habet insuauitates boreae, quin potius mansuetudo simul, atque iucunditas sunt coniunctae. Quae in Apeliote fit, mala est, & ferit atque ita se habent ambulationes subdiales in uétis peractae. Sequuntur, quae fiunt, uel in sole, uel in umbra: qua in re auctores diuersa sen-
Lib. 1. c. 2. tire reperio. Cornelius Celsus, si caput ferat, meliorem ambulationem in sole, quam in umbra esse dixit, & meliorem in umbra, quã E parietes, aut uiridaria efficiunt, quam quae tecto subest. Ex altera parte Oribasius auctoritate Antylli ductus improbat illam, ueluti quae effundat, caput impleat, atque inaequalitates gignat. quam sententiam non auderem alteri praeponere, nisi & ratio, & ueterum medicorum, praesertimq. Hippocratis, & Galeni auctoritates testatum fecissent, solis radios humanis capitibus maximas noxas inferre. nempe quae si calida, & humida, magis calefiant & eliquentur; si sicca, sicciora reddantur, & demum quaecumque sint, semper offendantur, modo uel rustici, uel alij sub sole uiuere assue-
In 2. de morb. ti non sint. Quod probe cognoscens Hippocrates siue Polybus ad euitanda capitis detrimenta non quamlibet deambulationem, sed solam in frigore, aut in sole peractam uetat. Atqui non illud tacendum esse duco, semper eligi potius debere in sole ambulare, F quam stare, & ambulare uelociter, quam segniter, sicuti praeceptum fuit ab Hippocrate in libro de salubri diaeta. cuius rei hanc
5 partic. Prob. 34. attulit rationem Aristoteles, quod cum stamus, calor permanet, sicque amplius calefacit. corpus etenim nostrum (dicebat is) uaporem quendam tepidum de se continuo mittit, qui proximum & ambientem aerem tepefacit, unde aer postea ille corpus calidius reddit, cum autem quis in sole mouetur, flatus excitatur, qui refrigerare nos potest, quando motus quisque frigidus habetur. Ambulandum potius in umbra (dicebat Celsus) quam parietes, aut uiridaria efficiũt, quam quae tecto subest: quoniã aer assidua quadam, & blanda uentilatione salubrior redditur. qui aer quoniam interdum ab arboribus noxijs infici, & corpora deinde contaminare consueuit, ut de nuce arbore, atque Narcisso memoriae prodidit

Plu-

A Plutarchus, propterea huiuscemodi umbras inter deambulandum fugere expediet. Neque item curam adhibere minorem oportet, ut arbores rore suffusae uitentur, quoniam, si per ipsas frequenter quis ambulet, membra faciliter lepra tentantur, atque huius eam Laitus apud Plutarchum in nat. quaest. attulit rationem, quod ros corporibus illabens ipsa mordeat. atque excoriet, uel potius quod a rore colliquatis arborum superficiebus aspergo quaedam noxia inde corporibus affusa inhaereat, quae partes extimas ipsorum mordeat, atque discindat: etenim rori uim colliquatiuam (τηκτικὸν, non δηκτικὸν, & re ipsa, & uetusto codice permotus legendum puto) inesse perspectum satis illud facit, quod ros bibitus gracilitatem inducit, ut mulieres eae manifesto declarant, quae alioquin obesae dum tenuibus uestimentis, aut lanis rori colligendo operam nauant, eo in exercitio carnes consumunt. In omnibus autem fere proderit sub ijs umbris ambulare, quas epilepticis probauit Aretaeus & uertiginosis, nempe sub arboribus myrto, aut lauro, aut inter acres & bene olentes herbas calamentum, pulegium, thymum, mentham, maxime quidem agrestes, & sponte nascentes: sin harum copia desideretur, inter humano cultu procreatas. Est in hac quoque non exiguum discrimen respectu caeli, quod, dum serenum est, tunc ambulatio leuat, per halitum euocat, attenuat, bonam respirationem, & mouendi facilitatem parat: dum uero nubibus obtegitur, grauitatem affert, per halitum non euocat, tandemue caput implet. De ambulationibus faciendis uel hieme, uel aestate, uel alio tempore diximus in libro quarto, ubi tempus exercitationibus accommodatum definiuimus: superest tantum illud C adnectere, ambulationes quaslibet ante cibum fieri debere, tum mane, tum uespere: quandoquidem matutina aluum emollit, si credimus Antyllo, segnitiem a somno contractam dissoluit, spiritusq. attenuat, calorem auget, & appetitum excitat: quinimmo Hippocrates hanc eandem humidioribus temperamentis cõuenire, quod humoris transitus exinaniantur, neque animae meatus occludantur, scribit: sicut, & attenuare, nec non partes circa caput leues, agiles, ac promptas reddere, & aluum soluere confirmat. uespertina uero ad somnum hominem praeparat, ac inflationes dispergit, caput tamen debile male afficit, ob idque iure accusatur Serapion a Coelio, quod epilepticos imperaret circa uesperam ambulare, ac rursum conquiescere, & deambulationem repetere. Post cibum diximus exiguam ambulationem assuetis conuenire, atque illis, quibus non sine labore in fundum uentriculi descendit cibus: illis pariter,

3. Sympos. prob. 1.

Cap. 11.

2. d diaeta.

lib. 1. chro. cap. 4.

pariter, quibus caput repletum est, lentam post cibum deambu- D
6.de tu.va. cap.7.2.de cõp. med. lationem commendauit, Galenus, secutus fortasse in hoc Aretaeum, qui in uetusto capitis dolore eandem in usu habendam uoluit. quamquam secundo de comp. med. ubi de dolore capitis ex ebrietate agit, uelit, neque multum comedendum, neque statim a cibo deambulandum. In reliquis quo modo conueniat, non uideo, & propterea Dioclem medicum antiquissimum, & clarissimum satis mirari non possum, quod phtisicos deambulatione post Cel lib.2. cap.vlt. prandia uexandos esse uoluerit, quae sicuti concoctionem ciborum interturbat, ita multos ad caput uapores efferri, atque ibi in humiditatem conuersos ad pectus, & pulmonem disfluere facit; quo nihil phtisicis contingere perniciosius potest: eo magis, quod 2.d diaeta. licet Hippocrates huiuscemodi deambulationes in humidioribus temperaturis approbet: aluum tamen, corpus, & uentrem siccare E confitetur: ne illa omnia in medium adducam, quae de huiusce generis ambulatione scripta sunt in libro de insomnijs Hippocrati adscripto. qui liber cum multa superstitiosa contineat, forsan aliquis ijs, quae ibi de ambulatione post prandium in pluribus commendata dicuntur, paucam fidem adhibeat. Hactenus de ambulatione, iam cetera aggrediamur.

Explicit Liber Quinctus.



ARTIS GYMNASTICAE LIBER SEXTVS

Quos erectum stare effectus pariat. Cap. I.



LOS, qui pedibus erecti permanent, exerceri, quoniam abunde in superioribus demõstrauimus, hanc rem amplius in disputationem reuocare prorſus ridiculũ foret. proinde, quot modis haec exercitatio uarietur, quosq. quaeque pariat effectus, declarabo.
B Quod etenim haec exercitatio priuatim dorſi partes afficiat, Auerroes, inter Arabas 6.collect.
non infimus, ſatis aperte dixit. Qui igitur illud debile a natura, uel cap.2.
caſu ſortiti ſunt, ſummo ſtudio id exercitationis genus euitare debent, nempe quod (ut ſaepius diximus) maiorem, quã ipſa ambulatio, defatigationem pariat: quibus etiã in renibus inflammatio, uel ulcera orta ſunt, ne ſtent, magnopere cauendum eſſe, cẽſuit Rufus Lib.de paſſ.
Epheſius. debent quoq. huiuſcemodi exercitationẽ auerſari, quos renum.
uel herniae labor ſollicitat, uel in cruribus, aut ſcroto, uarices dilatantur, uel ulcera in inferioribus partibus orta ſunt, aut qualibet de cauſſa oriuntur, quã ſententiam niſi medicorũ auctoritas cõfirmaſſet: ueram tamen eſſe ipſa ratio perſuaderet: quae ſcilicet oſtendit, in ſtantibus graues humores citra difficultatem proruere, eosq. mo
C do hernias, modo uarices, modo ulcera generare, fouere, & augere: nam quod uarices generẽtur, etiam Iuuenalis poeta cognouit, qui Saty. 6.
cũ quandam mulierem Ianũ rogantem de amici uictoria futura derideret, uolens ſignificare ob importunas mulierũ petitiones haruſpicem, ſi cunctis inſeruiſſet, ſtãdo, (ſic quiſq. haruſpex pro alijs rogabat Deum) non parum laboraturũ, ait: Varicoſus fiet haruſpex. Marium quoq. ſcimus omnes, laborioſum uirũ exſtitiſſe, ob quod Plut. ĩ eius
ſi quis dicat, ei uarices, quibus affligebatur, in ambobus cruribus uita.
ortas ob nimios in ſtando labores, eum minus erraturum exiſtimarem. Verum enim uero & in hac exercitatione non paucae diuerſitates reperiuntur: propterea quod tempus, locus, atque ſitus uarias quaſi ſpecies efficere uidentur. A tempore naſcuntur duae ſpecies, quando aut ante cibũ, aut a cibo, quis ſtando, & uel pauco tempore uel multo exercetur. A loco ſumuntur differentiae, quoniã uel in

ſole,

sole, uel in umbra, & hac aut clausa, aut aperta statur. A situ demũ D euariantur standi genera, quando uel uno pede, uel ambobus, & uel ijs totis, & planis, uel extremitatibus eorum, calcibus scilicet, & summis digitis stamus. Ante cibum stare uentriculi excrementis inaniendis auxiliatur, asthmaticos, & difficiliter spirantes adiuuat, uentrem emollit, urinam prouocat, crura, & pedes corroborat, & siquando deambulationi uacare non concedatur, illius uices supplere potest. Vertiginosis tamen, & quibus ad superiora rapiuntur uapores, nullo pacto conducit, cum ex tali erecta statione facilius caput a fumis petatur: nam tantam ad hoc efficiendum potentiam similis exercitatio habet, ut nonnulli boues, & cetera animantia (quod scripsit Aristoteles) minus homine tussire, minusq. catharris uexari crediderint: quoniam ipsis minime erectis stantibus haud ita uapores natura sursum tendentes in eorum capita ferri possunt. E Qua item ratione eos omnes damnare uehementer soleo, qui, si alto capite dormiãt, minus a catharris se uexatum iri putant, cum potius contrarium eueniat, ut scilicet qui humiliori, & fere ceteris mẽbris aequali capitis situ dormiunt, uel aliter iacent, minus a uaporibus capite tententur, minusq. a capite ad pectus humores defluãt. Quamuis secus iudicandum sit, ubi quis uentriculi in cõficiendo cibum debilitate uexatur. Quo in casu Posidonius apud Aetiũ magnopere studendum esse iussit, ut in decumbendo caput altiori situ contineatur, quo cibus magis in uentriculi fundo accõmodetur, & ob id nutrimentum minori molestia coquatur. Atq. hoc intelligi debet de ijs, qui multum stant: stare etenim pauco tempore exiguum quid prodesse, neque multum obesse potest. Qui porro com F muni illo effato, Prandia post stabis, inducti post sumptos cibos stare delectantur, ij scire debent, si medioeri quodam tempore stetur, descensui ciborum in uentriculi fundum id insigniter cooperari, & consequenter illorũ concoctionem perbelle adiuuare, nec alioqui ullam effatu dignam laesionem afferre: uerũ si multo tempore ita quis permanserit, praeter molestiam, qua ob ciborum interdũ pondus, praeter lassitudinem, qua ex labore afficitur, uarias item offensiones subire cogitur. Primo namq. maior uaporum copia superiorem corporis regionem impetit, maior humorum multitudo ad inferiora praecipitat, atq. inde ulcera in cruribus, gonagras, & podagras generat, deinde thoracem, atq. spirationem uniuersam nõ parum labefactat, uti ex difficultate spirandi tũc apparẽte facile quisq. cognoscere ualet: postremo renes, atq. uesicam, & totam mingendi actionem uitiat, quando uidelicet crudi humores ex simili situ ad eas

Petrus Apponensis 5. partic. prob. 1.

A eas partes deferuntur, renesq. & lumbi uehementer incalescunt, debilitaturq. ut non temere uideatur praecepisse Rufus Ephesius, ne quis ulceribus renũ laborans, etiam si morbus inclinare coepisset, staret. Statio in umbra semper aliquibus ex praedictis differẽtijs adnectitur, ut sit multa, uel pauca, uel a cibo, uel ante cibum, & proinde qualicumq. adnexa reperietur, illius effectus cõtinuo exprimet, modo umbrae ratione aliquid secus non accedat. hoc autem dico, quia saepenumero umbra uel est locorum conclusorum frigidorum, atq. humidorum: uel noxiarum arborum, uel alterius perniciosae rei, quas omnes corpus maculare, & sanitatem destruere nemo negabit. Ceterum de stantibus sub sole in hunc modum determinandum esse, iudico, quod scilicet stare sub sole in aestate summopere calefacit. immo sententia est Aristotelis, cum stamus in so- lib. de affe. ren. 5 sectio. prob. 34.

B le nos magis deuri, quam dum mouemur, etsi per se motus ipse quoque calefacere ualeat, quod alias fusius explicauimus. Si igitur ita est, rationi consentaneum efficitur, iuuamentum insigne ualde frigefactis corporibus inde accedere, ueluti hydropicis, cacecticis, pro quibus id a Coelio, & omnibus fere medicis laudatur. In ictericis item curandis tali insolatione usum Archigenem reperio. ne interim silentio praetermittantur ea, quae apud Aetiũ ex Antylli sententia legũtur, insolatione scilicet uarijs modis antiquos usos fuisse, alias cum unctione, alias sine unctione, modo sedendo, modo iacẽdo, modo stando, interdum ambulando, interdum currendo: de quibus omnibus in hunc modum decretum est, quod si insolatio administretur non purgato prius corpore, maximum capiti nocumentum affert: unde saepenumero mirari mihi contingit, quo ge- Lib. 3. c. 3. Lib. 3. c. 6. 9. de cõpo. med. s. l. c. 1

C nio ductus Plinius maior nõ modo purgato corpore, uerum etiam post cibum in aestate sub sole maneret, ac deinde in frigida lauaretur: de hac etenim locutos fuisse medicinae auctores arbitror, quando dixerunt, ab illa corpora plusquam par sit incalescere, febres, atque capitis dolores gigni: Nam si antea quam corpora soli exponãtur, opportune exinaniantur, aut sine unctione, aut cum unctione fieri potest: si fiat citra unctionem, capiti diuturna frigiditate laboranti succurrit, quod illud durius atque impassibilius reddat, & ob id merito in Epilepsia curanda a Methodicis nonnullis commendatur, modo sit insolatio moderata: sicut item in ea insaniae specie iuuare creditur, quae a frigida intemperie ortum ducit: praeterea occultas difflationes auget, sudores elicit, carnem conseruat, pinguedinem tollit, oedemata omnia, & praesertim hydropica deprimit: neque tamen ipsa noxis suis caret, quando quidem mora Plin. nepos lib. epist. 3. Gal. de causis morb. Coel. lib. 1. ca. 4. & 5.

quaeuis

quaeuis sub sole bilem auget, & consequenter ijs, quibus calor natura mordax est, ualde aduersatur, ut a Galeno scriptum est, spiritumque crassiorem, densioremue efficiens, asthma, & orthopneā exacerbat. Ceterum si absque unctione insolatio adhibeatur, in ceteris eosdem effectus parit, nisi quod corpus exsiccat magis, tamquam pingui illo adusto, & subinde maiori nigredine superficiem totam inficit, necnon carnem instar cauterij cuiusdam densans minus per insensibilem transpirationem excrementa diuaporari facit. qua ratione huiuscemodi insolationem ad minuendam polysarchiam ab Aetio laudatam censeo. Verumtamen duo hic animaduersione digna esse existimo, alterum, quod medicos, ubi sub sole moram probarunt, praetegi pannis capita uoluisse opinor, quoniam, praeter Coelij auctoritatem, & ratio, & experientia demonstrant, capita detecta, si soli exponantur, ualde offendi, nempe quae supra modum calefacta uapores a toto corporis ambitu ad sese attrahunt, sicque omnem malorum iliadem, & prae ceteris catharros ibi generant: quod minime, ubi capita teguntur, euenire suspicandum est, propterea quod, ut scripsit Aristoteles, induta corpora a sole minus calefiunt, quam nuda, cum ab illius radijs minus feriantur. atque hoc totum a Galeno significatum credo, ubi dixit, eos, qui nudi sub sole manent, uniuersum corpus calefacere, qui uero induti, caput solum: nam demonstratum est a nobis libro tertio, Maiores nostros numquam fere caput tegere solitos: ne miremur Galenum, dum indutos scripsit sub sole, capite tantum ualde incalescere dixit. Alterum animaduersione dignum est, quod, sicuti sedentes, & stantes sub sole uehementius incalescere, siue potius de uri experientia constat, quam ambulantes, & currentes: pariter & ceteras praedictas affectiones, tam bonas quam malas facilius recipiunt. Atque haec uniuersa a nobis dicta de stantibus planis, ac totis pedibus intelligantur. stare namque calcibus innixos non modo laborem ac molestiam inducit, uerumetiam nullum iuuamentum effatu dignum praestare creditur: quemadmodum similiter eos, qui summis digitis stare conantur, praeter fatigationem illico succedentem partes illas callis molestissimis afficere compertum est, & praesertim quando quis eo frequenter utatur hi siquidem illud unum commodum nonnumquam recipere uidentur, ut longius multis alijs prospectare ualeant, cuiusgratia ab antiquis speculator, siue σκώψ pingebatur facie hominis stantis supra digitos, summamque manum ad umbelle formam supercilicijs admouentis, ut Aeschylus in Theoris meminit.

6. epid. co. 1. ap. 10. 2. de tu. ua. cap. 12.

Lib. 1. ser. 3 cap. 32.

1. partic. prob. 9. lib. de causis morb.

D E F

A *De pugnarum effectibus.* Cap. III.



PVGNARVM, quae maioribus nostris ad ualetudinē inseruierunt, quaeq; etiam temporibus nostris inseruiendi similiter facultatem obtinent, aliae fiunt cum armis fictis, neq; incidentibus, uel pungentibus aduersus hominem, aliae aduersus columnā aut palum, aliae aduersus umbrā, atque omnes uel fieri possunt a pugnantibus corpore, nequaquam armatis, aliae ab armatis. Armorum pugnam aduersus hominem uel columnam inter magnas exercitationes reposuit Galenus, quē imitatus Auerroes inter Arabas non infimus dixit, certamen cum ensibus factum esse ex uelocibus, atque fortibus exercitijs. quae omnia de illis, qui non armati certant accipienda puto, quando armatum certare inter exercitationes simul, atque opera manifeste reposuit Galenus, qui similiter certare aduersus umbram (σκιαμαχεῖν dicunt Graeci, celerem citra robur exercitationem esse iudicauit, ut Auicenna quoque, & Paullus post ipsum censere uisi sunt. Cum itaque res ita sese habeat, pugna non armatorum tam aduersus homines, quam aduersus columnam administrata in primis magnopere calefacit, excrementa educit, sudores ciet, exuberantem carnem supprimit: & proinde a Coelio in curanda polysarchia adhibetur, deinceps brachia atque humeros confirmat, crura & pedes mirum in modum exercet, ceterum capita debilia, & uertigini obnoxia nō parum labefactat. renibus item laborantes huiuscemodi exercitationem fugere praecepit Galenus. σκιαμαχία porro, siue aduersus umbram certatio corpora tenuat, carnes, & succos detrahit, quod celeribus exercitationibus conuenire supra monstrauimus, proprie autem secundum Galenum brachiorum, atque manuum exercitatio exsistit: praeterea ualet, si Antyllo credimus, ad sedandam affectionem lassitudinis sensum referentem, ad humores firmandos, ad neruorum imbecillitatem, & tremorem corrigendum. est etiam utilis uitijs, quae thoracem infestare solent, confert renibus, & colo intestino, materiam ad inferiores partes deducit, & praesertim in ijs qui pedibus imitantur pugiles, quique non solum manibus cum umbra depugnant, uerum etiam cruribus interdum tamquam salientes, interdum uero tanquam calcibus caedētes. Ad eadem omnia similiter ualet pugna aduersus palum effecta, quae tantummodo in hoc ab umbratili differt, quod palum percutere brachijs maiorem uim infert, quam aerem ferire. Non est tamen ignorandum, pugnam aduersus hominem pugnantem initam, magis exercere, & uim

Marginal notes: 6 epid cō. 1. Aphor. 6. 6. coll c. 2. — 2. d tu ual. c. 8 10. & lib. 1. fen. 3. doc. 2. c. 2. — Lib. 1. chr. cap. vlt. — 6. Epid. com. 1. aph. 5. 2. d tu ual. cap. 10. 6. collec. apud Orib. cap. 29.

&uim maiorem corporibus inferre, quam istam: quoniã, ut ab Ale- D
1. Libro. xandro perbelle significatum est, athleta, si obnitatur antagonistae,
Prob. 120. fortitudinem eius auget; sin cedat, neque reluctetur, robur eiusdẽ resoluit. At qui ea pugna, quae corporibus pugnantium armatis exercetur, inter uehementes exercitationes collocanda est, quae cũ robusta, & ualida corpora efficere debeant, iure merito Nicias apud Platonem in eo dialogo, qui Laches inscribitur, dixit, quod τὸ ἐν ὅπλοις μάχεσθαι, siue armatum pugnare corpora robustiora, si quod aliud exercitationis genus, reddit, neq. ullo alio minorem
Loco cita. laborem parit. De hac quoque exercitatione ab Antyllo proditum reperitur, corpus ab ipso ad motum aptius, & ad carnem suscipiendam reddi, uerumtamen propriam, atque maximam eius pollicitationem exsistere, ut corporis firmitatem, & longam respirationem gignat, cum illi, qui sese pugnis similibus dedunt, omnem aliam E spiritus expulsionem ferre possint: facit autem huiuscemodi pugna carnem laxam, & mollem, necnon capiti admodum noxia est, praesertim quando galea plus aequo obtegitur, cuius pondere pressum non parum laborat. illud hic non ignorari uolo: ὁπλομαχίαν, siue armatae pugnae exercitationem, ne quis decipiatur eandem esse existimans cum armata luctatione, ὁπλοιτοπάλη ab Aeschylo uocata, quandoquidem haec tamquam luctae species armis in manibus nullo modo utebatur, sed dumtaxat certantes totis corporibus armabantur, sicque armati inuicem luctabantur, cuius luctationis arbitror uolutationem illam armatam, siue celerem agitationem,
a. d. tu. ual. quam Galenus in numero uehementium exercitationum reposuit,
cap. 10. speciem quandam exstitisse. An uero de hac armata pugnae specie intellexerit Coelius Aurelianus, quando in curanda polysarchia F post plurima alia exercitationum genera comprobata dixit. Tum
» hoplomachia, hoc est armorum ficta confrixio: apud me dubium nullum, ut ex superioribus patet, relinquitur: quoniam, & si nomen Graecum hanc ipsam significare uideatur, nihilominus, & nominis ab ipso illata explicatio, & usus demonstratus manifestum argumentum faciunt cum de pugna illa sermonem facere, quae nudato ab armis corpore exercetur, quaeq. ad diminuendam carnem a nobis laudata fuit, cum hanc postremam carnem, sed mollem & laxam potius augere Antyllus iudicauerit. De gladiatoria pugna nõ uidetur hic locus exposcere, ut sermo ullus habeatur, propterea quod cum armis incidentibus, ac pungentibus antiquitus ageretur, uel in letalia uulnera, uel in alterius pugnatoris, aut etiam utriusq. necem, plerumque terminabatur. Vnde neminem non uidere arbitror,

Arbitror, quantum absit, ut similis concertatio ullam profligandis morbis, tuendaeue sanitati opem afferre ualeat: ea enim est, quae hodie apud multas Christianorum nationes sub Duelli nomine nō sine magna ciuitatum aliquando clade exercetur, quamque & antiquis & nostris temporibus ab uno hominum inimicissimo Sathana repertam ad perdendas animas fuisse semper credidi. quod namq. non monomachiam antiquorum, ut falso probare conati sunt, qui hucusque duellum tractarunt, sed potius gladiatoriam duellum huiusce temporis referat, praeter multa in quarto libro a nobis declarata, hoc item attestari uidetur, scilicet iisdem armis, atque eodem prope fine duellatores concertasse, quibus olim gladiatores pugnabant: illud unum intercedit discrimen, quod illi tum gloriae cuiusdam inanis gratiā, tum praemiorum spe, sed fere semper ui
B quadam, utpote uel ad supplicium condemnati, uel in id empti, atque edocti ad certamen ducebantur: isti uero sponte, & nullis cogentibus, nisi solius honoris uana quadam & falsa defensione prolectante aguntur: ut hac ratione minus excusatione digni habeantur, cum sponte in propriam ruant perniciem. Vtinam resipiscant tandem homines, uideantque id quod Barbari fere nulli agunt, tanto minus Christianos decere: sic profecto & multae urbes, quae ob hoc intestinis, & saeuissimis dissensionibus exagitantur, ad meliorem statum reuocarentur, & multorum animabus corporibusq. melius consuleretur. At ne longius a proposito nostra diuagetur oratio, haec sufficient, si illud addidero, quod Celsus, Scribonius, Plinius, Aretaeus, atque alij plurimi referunt, ab Antiquis scilicet creditum fuisse, gladiatoris iugulati sanguinem epotum iu- lib 3 c.23. lib. de cōp. cap.18. lib.28.c.1.
C uare epilepticos. quam rem potius ad prodendam ipsorum ferinam superstitionem, quam ut ullam fidem adhibendam censeam, significare uolui.

De quarundam aliarum exercitationum qualitatibus. Cap. III.



MVLTA apud antiquos exstiterunt exercitationum genera, quae quoniam non ita frequenter usurpabantur, ab auctoribus celebrata non inueniuntur: inter haec autem primo sese offert τὸ ἀκροχειρίζεσθαι, uel manibus summis concertare, quod, siue luctae species aliqua foret, ut nonnulli crediderunt, siue separata quaedam exercitatio, ut Galenus censuisse uidetur, ubi post luctam alias quasdam exercitationes ad- 2.de tu.ua. cap. 8.

numerans acrochirismum nominat, facitque manifeste a lucta di- D
2. de tu. ual. cap. 10. uersum, constat ipsam apud Galenum, Aetium, Paulum, & Aui-
Lib. 3. c. 3. cennam inter ueloces sine robore exercitationes locum obtinuisse,
lib. 1. c. 17. & proinde calefaciendi, corpora tenuandi, carnes, succosque detra
Li. 1. fen. 3. doc. 2. c. 2. hendi facultatem possidere, ut apposite insinuare uisus est Hippo-
2. de diaeta. crates, apud quem legitur acrochirismum attenuare, & carnes sur-
lib citato cap. 11. sum trahere, proprie uero manus, atque brachia secundum Gale-
Lib 4. c 4. num in ipsa exercitantur. ex quo fit, ut illis conueniat, quibus has
loco citato partes corroborare in animo est, sicut ijs ualde nocet, quorum chi-
ragra, uel alius morbus, & manus, & brachia infestare solet. de hoc
locutū esse Celsum quis credere potest, ubi in ijs qui ab arida tussi
exagitatur, exercitationes manibus peractas probat. Porro ἐκπλε-
θρίζειν, idest ecplethristare, a Galeno inter exercitationes citra ro-
Loco citato. bur, & uiolentiam celeres recensetur. Auicenna autem illud ex for E
tioribus esse dicit, nisi uelimus ipsum in comparatione ad debilia
loqui, quemadmodum ex uerbis eius uidetur: alioqui & ueritati
ipsi, & Galeno, a quo ista omnia accepit, manifeste repugnantia
scripsisset. Est igitur talis exercitatio in primis ad ea omnia utilis,
quibus celeres conferunt: sed peculiariter crura, & pedes exercet:
thoracem quoque non parum fatigat, cui, dum aliquo pacto male
uexatur, ualde obesse reor, haud secus atq. capitibus male affectis
uehementer nocere credo, utpote quae ex iugibus illis reuersio-
nibus, quasique circuitionibus facillime tum uertiginosis, tum apo
pleticas affectiones incurrere queant. Ex eodem quoque exerci-
tationum censu est, & πιτυλίζειν siue pytilissare, aut pytilisma,
In Miscel. cap. 38. ut placuit Politiano. quod quamquam a Galeno, atque Auicenna
inter ueloces citra uiolentiam adnumeretur, mea tamen sententia F
haud prorsus uehementia aliqua caret, cum status ille supra pedum
extremitates, necnon uelox manuum modo antrorsum, modo re-
trorsum agitatio haud quaquam sine musculorum intentione, &
proinde sine ui, aut robore quodam peragi posit. Vnde in huiusce
modi exercitatione obeunda uehementer incalescere corpora af-
firmare non dubito. Ad haec motus iste brachia insigniter exercet.
sed eos, qui capite sunt imbecilli, magnopere labefactat: pedes etiā
podagris suscipiendis obnoxios reddit. ego uero peculiarem illius
usum exstitisse autumo, quando post longam brachiorum ualetudi
nem torporemue, ea motibus undequaq. faciendis assuefacere, nec
2. de tu. ual. cap. 9. non a torpore liberare in animo habebat. Sunt praeterea a Galeno
loco citato nonnulla alia exercitationum genera adnumerata, & ab Auicenna
comprobata, quae, ꝙ aliqua ex parte ualetudini & corporis habitui
conferant,

A conferant, omnino praetermittere nolui: nam si quis alteri iubeat, ut se uiolenter detrahat, inflectatque, dum ipse non manibus modo, uerum etiam cruribus, spinaque constans, inflexusque resistat, quo genere Milonem ipsum sese exercitasse ferunt, dum conuellere se, mouereque de loco uolenti permitteret, utique uehementer exercebitur, incalescet non parum, roburque membris non leue ingenerabit. de simili enim exercitatione locutum opinor Coelium Aurelianum, quando pro polysarchia minuenda uoluit ita affectos alienis laboribus hoc est colluctantium, uel exercentium, quam Graeci haterocopiam, uel trachelismum uocant, exerceri, uerumtamen illis maxime uerenda est talis exercitatio, qui uel pectore, uel dorso, uel capite non admodum ualent. Pari etiam pacto si quis (ut Milo factitabat) conuellere se, mouereque de loco uolenti permittat, crura maxime corroborare poterit, queadmodum manus maximopere exercebit, eisq. fortitudinem acquiret, si pugnum alicui aperiendum, uel malum punicum, aut tale quippiã manibus complexus auferendum praebeat: quod tamen arthritidi, aut chiragrae obnoxijs minime congruet. Robur autem partium tum exercet, tum firmat, siquis alterum complexus medium, aut etiam ipse medio comprehensus, manibus, digitisque pectinatim iunctis, aut quem complectitur absoluere se iubeat, aut ipse se a cõplectente soluat: nisi quod in hoc periculum imminet, ne uiscera labefactentur ex nixibus illis qui adhibentur, dum dissolutio quaeritur. Ita etiam si quis alterum, qui uersus ipsum se inclinet a latere aggressus, ilia manibus complexus, ceu onus aliquod sublatum inuicem protendat, reducatq. ac magis si dum gestat, ipse nixu, renixuque corporis utatur: sic namque spinam uniuersam corroborabit, lumbos tamen, atq. renes debiles habentibus nocebit. Aeque uero qui pectoribus ex aduerso innixi magno se conatu inuicem retrudunt, & qui a ceruicibus pendentes deorsum trahunt, uehementer quidem exercentur, & per consequens robur corpori uniuerso comparant: at periculum subeunt, ne thoracis uasa aliqua rumpantur ipsis, neue aut caput, aut collum male afficiant. Haec itaque omnia tametsi apud ueteres inter ceteras exercitationes haberentur, nihilominus haud ita in frequenti usu fuerunt, & praesertim nobilibus, ac illis qui non sine suauitate quadam sanitati operam dabant. hac item tempestate non desunt, qui ipsis utantur, quos, modo ratio adhibeatur, penitus auertere nolo.

Lib. 5. chr. cap. vlt.

B

C

De spiritus cohibitionis facultatibus. *Cap. IV.*

Cap. 6.  ETENTIONEM spiritus speciem quandã exercitationis esse, cum abunde in libro tertio demonstrauerimus, id amplius repetere non est opus: illud dumtaxat adiungam non facile reperiri, in qua nam differentia locata fuerit, nisi quod animaduertentes nos in huiuscemodi exercitatione musculos abdominis, atque thoracis ualenter intendi, & subinde in partibus interioribus calorem augeri, ut Aristoteles, &
2. partic. Prob. 2. d diaeta Galenus memoriae prodiderunt, eam non fieri sine uehementia iudicare possumus: & propter hoc iure ab Hippocrate dictum fuit, spiritus detentionem meatus disparare, cutem attenuare, necnon
3 d. tu. ual. cap. 2. in lib. artis med. c. 87. Li. 1. fen 3. doc. 2. c. 2. humiditatem sub cutem extrudere posse. A Galeno similiter, & E ab Auicenna scriptum est, retentionem spiritus membra spiritualia calefacere, corroborare, & emundare, necnon angustas cauitates ampliores reddere. Quod etenim spiritus cohibitus expurgare thoracem ualeat, clare constat: quippe qui in ipsa retentione undique compulsus in angustos se recipere meatus cogitur, eosque, si amplius trusus, propulsusque fuerit, etiam penitus transire, atque extenuati iam agitatione excrementi nonnihil secum arripere, eo prope modo, quo intuemur opifices angusta instrumentorum foramina uehementiore spiritus inflatu expurgare: quãdoquidem is quanto ulterius per uim coactus impellitur, tantum ab ipso quaedã impelluntur, quaedam trahuntur, nam traduntur quae ante occurrunt, attrahuntur quae ad latus sunt posita, impetu ipso motus utraque coacta. Quod uero ex retento spiritu cauitates euadant latiores, hinc probatur, quoniam si thorax in medio corpore locatur, F sane illo magna aliqua inspiratione aere impleto, & deinceps supremo laryngis osculo ligulae opera clauso, necnon musculis toto thorace presso, necessum est aerem compressum undiq. meatibus corporis uniuersis inseri, sicque intrusum eos undequaq. dilatare, modo inferiores dum illuc impellitur, modo superiores. sic ergo per spiritus retentionem cauitates corporis amplificantur, pectoris partes emundantur, ipsaeque, atque etiam aliae interiores calorem
in symp. 2. partic. Prob. li. de med. fac. par. & libro 2. de symp. cau. concipiunt, cuius merito frigidae affectiones, & praesertim inflationes remouentur. ut non temere Plato sub persona Erysimachi medici, nenon Aristoteles memoriae prodiderint, spiritum cohibitum a singultu liberare. quorum placita secutus Galenus ab eodem non solum singultum, uerum etiam tussim a frigida instrumẽ-

torum

A torum respirationis intemperie contractam exstingui testatum reliquit: quod aucta in pectore caliditate ex tali cohibitione angustos quoslibet meatus spiritus compressus penetret, cunctaque sic adaequentur, & ad temperiem pristinam redeant. Hinc fit ut ferme in hanc sententiam uenire debeamus, talem exercitationem omnibus illis conuenire, qui spiritualia membra frigefacta, debilia, aut excrementis aliter obsessa gerũt, quiq. expulsiones quascumq. corporis aut tardaś, aut uitiatas habent. quemadmodum oscitationes & pandiculationes calido flatus dissipante huiusmodi spiritus retentionem soluere clarum est. ut merito dixerit Hippocrates 2. & 6. Epid. longam respirationem crebrarum oscitationum esse remedium. In resolutione linguae exerceri spiritu retento probauit Celsus, sicut & Aetius in omni uocalis instrumẽti resolutione: uim B namque expultricem excitari, atque confirmari in spiritus cohibitione, argumento sunt multi, & praecipue pueri, qui siue plorando, siue ridendo, siue alio pacto spirationem contineãt, aut in ipso actionis tempore, aut paullo post, modo stercora, modo urinas, modo muccos, & a naribus & ab auribus expellunt: similiter obstetrices istud testantur, quae ad partus expulsionem faciliorem, & celeriorem reddendam parturientes spiritum continere praecipiunt. in quo tamen ipsas saepe errare scribit Aetius, quando ex nimia hu- tetrab 4.
iuscemodi spiritus cohibitione an eurismata, siue arteriarum incu- ser.3.c.10.
rabiles dilatationes incurrunt in faucibus, necnon pupillarum in 11. partic. prob. 48.
oculis, ut Auenzoar testatus est. Dicebat Aristoteles spiritu retento Prob. 20.
melius audire nos, quoniam respiratio strepitum quendam mouet, quo cum careant retinentes illam, melius uoces percipiunt: lib. 27.c.6.
C quamuis Cassius Medicus aliter sentire uideatur. Exstat item Plinij auctoritas, quod cursos scandentesq. ac iacentes, si quid ingruat, contraque ictus, spiritum cohibere singularis praesidij est. Si igitur a spiritus retentione tot commoda oriri constat, prudenter sane Li.chro 3.
Coelius Aurelianus ipsam asthmaticis, stomachicis, atque colicis cap.1. & 2.
curandis egregiam opem praestare scriptum reliquit. Neque tamẽ lib.4.c. 7.
huic tantum tribuere debemus, quin etiam ipsam aliqua ex parte obesse credamus, quandoquidem Asclepiades caput opplere testatus est, cuius sententia a Galeno certe explosa fuit. Ego uero illam prorsus non esse repellendam puto, quoniam manifesto conspicimus, dum spiritus retinetur, uenas, atque arterias colli intumescere, oculos amplificari, genas ac uniuersum uultum contrahere maiorem ruborem, tandemque caput totum compati: quae omnia illius repletionis clara indicia esse, nemo dubitat. Ex quo fit, ut

Dioclem tota uia aberasse pro certo teneam, dum spiritum reten- D
tum in epilepsia curanda praesidium afferre dixit: sicut Coelium
lib.1.c.4. laudo, qui in eiusdem affectus curatione spiritus retentionem uitari debere uoluit, cum certum periculum immineat, ne tunc sanguine ad caput recurrente morbus magis exacerbetur. In sanguinis quoque reiectatione talem exercitationem a Methodicis
Coel.lib.2. cap.23. damnatam inuenio, quibus assentiri cogor: propterea quod tum a calore in pectoris cauea genito, tum ex uasorum inflatione, distensioneque facillime debilia, & relaxata uasa franguntur, fractaque iterum reserantur. Amplius qui uel hernias, uel crepaturas patiuntur, aut peritonaeum, atque intestina exsilia, & fragilia ab ortu obtinuerunt, nullo pacto in retinendo spiritu exerceri debent, quoniam hae partes in actione ista uehementer contenduntur, & per consequens, nisi robustae sint, citra multum E
laborem diuelluntur, quemadmodum apertissimam fidem pueri facere possunt, qui si interdum nimis quam par sit flendo, aut aliquo modo spiritum contineant, protinus ijs peritonaeum, scrotumue disrumpitur, & deinceps intestina delabentia, aut flatus interclusi, uix sanabiles hernias pariunt: quod similiter tubicinibus, & cantoribus, dum nimis spiritum retinere conantur, saepenumero solet euenire, & praesertim quando illi πόδα ἐρεῖν, (quod Galenus ait lib. de mot. musc. secundo in fine, ac 6. Epid. com. 4. tex. 24. & de quo nos in uarijs lect. egimus, ac plura adhuc dicemus, cum iterum librum eum recognitum, atque auctum propediem dabimus) siue edictum facere uolunt. Vna seruata ratio ab huiuscemodi periculis tuebitur, si moderate, aut potius infra mediocritatem similis retentio peragatur, ubi agenda erit: F
alioqui perfici nequaquam poterit, quin praedicta incommoda sequantur.

De vocis exercitationum facultatibus, & primo de vociferatione & cantu. *Cap. V.*



VOCIS multas, sed unam praecipuam exercitationē effecerunt antiqui medici, quam graeci τὴν ἀναφώνησιν, Latini uociferationem appellarūt, nos uero pleniorem totius huius rei notitiam tradere cupientes uocis exercitationes in sex species partiemur, quemadmodum magna ex parte in superioribus egimus, uociferationem scilicet, cantum, lectionē, sermonem, risum, atq. fletum. quorū omniū natura perspecta nihil

A remanebit, quod huiusce exercitationis cognitioni addi ualeat. Ergo prima uociferationibus, quaecumque sint illae, adscripta ab Antyllo, Plutarcho, Paullo, Aetio, & Auicenna cōdicio est, quod thoracem, atque uocalia instrumenta perbelle exercet. dicebat Auerroes pulmonem proprie a uocis exercitio respici. subinde naturalē calorem auget, purgat, firmat, atque attenuat, solidas corporis partes, robustas, puras, & offensae minime obnoxias reddit. addebat Auicenna hanc exercitationem colorem decorare; quod enim calor augumentum suscipiat, inde oritur; quia spiritus assiduo motu, tam attractus, quam exsufflatus colliditur, atteriturque, sicq. ex ea collisione, & attritione calor excitatur; purgat uero huiuscemodi exercitatio: tum quia carnes rariores, magisque tractabiles efficit: tum quia ex motu uocalium instrumētorum humiditates internae B consumuntur, quod euidentissime declarat densus vapor ex ore uociferantium prodiens, & superfluitates uetustiorū humorū unicuique meatui adhaerentium, quae excernuntur non solum in praedictis uociferationibus, sed etiam alijs pluribus modis. Iam uero firmatur calor, & attenuatur; quoniam uasa absterguntur, multi humores, ut sputa, muci, & pituitae consumuntur, quae sicut antea calorem obscurabant, debilitabant, & incrassabant, ita educta eundem puriorem, ualidioremq. relinquunt, & hinc postea solidis partibus maius robur, maiorq. impassibilitas succrescit. Si itaq. haec ita se habent, rationi consentaneum est, ijs, qui humiditate occupatas interiores partes, quiq. uniuersum corporis habitum frigefactum habent, uociferationem generosum praesidium exsistere. quēadmodum istis praedictis rationibus eam ab Antyllo, Coelio Au- C reliano, & Aetio commendatam scimus stomachicis, uomentibus, acidum ructantibus, aegre concoquentibus, cibos fastidientibus, atrophia laborantibus, languidis, cachecticis, hydropicis, asthmaticis, orthopnoicis, phtisicis, diuturno pectoris aut septi dolore uexatis, apostemata in thorace rupta habentibus, mulieribus praegnantibus pica obsessis, aut secundum Alexandrum etiam parturientibus ad partum facilius educendum, & denique quartanarijs, pituitosis, conualescentibus fere omnibus. Sic Galenus viij. de med. local. cap. iiij. stomacho laborantibus, unctiones exercitia & uociferationes per expertum artificem adhibitas commendat. est Aretaei medici antiqui, & praestantissimi sententia, quod in elephanticis, ἀναφώνησις τοῦ πνεύματος γυμνάσιον τὸ κάλλιόν ἐστι, necnon etiam in coeliacis. Voci quoque ob superfluam humiditatem raucae factae, necnon instrumentis uoci deseruientibus resolutis, atque etiā malo

Oribasii lib. 6. c. lib. de t. san. lib. 1. c. lib. 3. c. lib. 1. f. 3 2 cap. 2. 6. colle. cap. 2.

Alexa. prob.

malo corporis habitui, qui a Graecis καχεξία dicitur, eandem conducere credidit Aetius: quin, si uox uel ex morbo, uel suapte natura male affecta sit, tali exercitatione secundum Antylli sententiam emendatur. Quoniam uero uox laborat, partim propter nimiam, & longam loquellam, partim propter clamoris magnitudinem, partim propter silentium quasi suarum actionum oblita, ideo fit ut in hisce omnibus, quae dicta sunt, uociferationis usus sit utilis, cum longam loquellam dissoluat, & noxae, quae ex clamoris magnitudine contracta est, placida, & quieta imminutione medeatur, acumini uero occurrat, grauiores sonos inspergendo. ceterum qui ex silentio oritur, quamuis non propriae uocis sit labor, tamen cum uocis labore proportionem quandam gerit. quo circa ad eum quoq. uociferatio est utilis, quae uocem exerceat, quemadmodum si uocalia instrumenta defessa sint, totumq. corpus suum tenorem non seruet, aut lassitudine obsideatur: uocis namq. exercitationem a cena factam dicebat Hippocrates, post carnis a laboribus colliquationem commodam esse, quoniam humiditatis euacuationem faciens rarefacit carnem. Sed cuncta hactenus a me enarrata, de uociferatione mediocri, ac arte, quam libro tertio explicauimus, facta intelligantur, quae capitis affectionibus non est idonea, utpote ne scio quid facultatis possidens ad replendum caput, necnon instrumenta sensuum in capite contentorum. Hinc est, quod Coelius Aurelianus eam pro epilepticis in declinatione probans prudēter addidit (si ferre ualeat aeger.) Nam ea uociferatio, quae uehementius peragitur & interdum ἀναύδησις, ab Aretaeo φωνασκίη uocatur, uno prope uerbo dicta est ab Hippocrate affligere, siue λυπέειν, haec praeter quam quod caput plenum, & magis graue reddit, ut testantur Aretaeus & Galenus, mirum etiam in modum ex eius sententia uocem obläedit, necnon uenas rumpi facit. ut hac ratione Coelius exclamationem tamquam partes patientes uehementer concutientem pro corporibus epilepticis improbarit, Pliniusq. nepos iure conquestus sit, quod Zosimus eius libertus, dum uoci reparandae studeret, rursum uena reclusa sanguinem reddiderit. eandem tamen Aretaeus stomachicis curandis, & Aetius singultui comprimendo usurparunt. Illud itaque hoc in loco non est ignorandum, quod omnes fere auctores animaduerterunt, uociferationibus neque temere, neque inconsulto utendum fore, ac praesertim ijs, qui huic exercitationi non assueti incipiunt. neque enim ijs uti quisquam debet prauorum, corruptorumque humorum copia praesente: quin etiam uox non est exercenda, si magnis, & euiden-

tibus

[Margin, D (line 1); E (line 14); F (line 27).]
[Margin notes: 2. đ diaeta. — Cap. 7. — Lib. 1. chr. cap. 4. — 2. de cur. chro. c. 6. — In lib. de p̄ ceptionib. — li. de instr. odor. — 7. de cōp. me. f. l. c. 1. — 4. de locis affe. — lib. 5. epist.]

A tibus cruditatibus stomachus uexetur, ne ex actione inspirationis, & exspirationis, quae firmior, & citatior facta sit, dum uox in magnitudinem, & multitudinē accreuit uapores corrupti largius per corpus distribuantur. Propterea mouebat Aretaeus, uocem leniter exerceri, & grauibus uocibus utentem sonum edere, quod acutae uoces capitis distentiones, temporum palpitationes, cerebri pulsationes oculorum inflationes, auriumq; tinnitus efficiunt, mediocriter autem uox edita capiti prodest: cauendum est quoque ab eius usu post cibum, quoniam uox ualde corrumpitur. unde dicebat Aristoteles, histriones, choros, & huiusce generis ieiuno ore uocis exercitationem adire: alioqui spiritus tum cibo ingesto, tum clamore feruidus effectus inter exeundum asperam arteriam exulcerat, sicq. uox corrumpitur. Denique fugiendum est, ex Plu- 1. cur. chr. cap. 2. Partic. problc. 11. Prob. 22. li. dē tué. v2.

B tarchi consilio, ne quis conscius sibi uel repletionis, uel immoderatae libidinis, uel defatigationis acrius intendendo, exasperet uocem; neue nimis commotas uociferationes, & iurgiosos clamores exerceat; siquidem inaequales illae spiritus intentiones, & impetus rupturas, & conuulsiones inducere solent. Post uociferationem succedit cantus, ab illa in hoc differens, quod harmonia quadam consistit, neque adeo contenta uoce peragitur: ob quod etiam praeter cetera uoluptatem afferre potest, qua uociferatio destituitur. Nam scriptum est ab Alexandro, onera portantes, si cantent, minus molestiam sentire, quoniam animus modulis, ac numerorum suauitate demulctus ab onere auertitur, atque ita minus angitur. quae similiter ratio efficit, ut lugentibus, atque alio modo laborantibus (quod Aristoteles quoque confes- libro 1. probl. 76. 19. partic. prob. 1.

C sus est) tibias & sonum adhiberent Antiquiores, & quod ad eos, qui uel morte suorum anguntur, & maerent, uel morbo sollicitantur, homines congregari, uarioq. uti sermone solitum sit: quandoquidem animus, cum se ad uerba transferat, minus rem sentit aduersam. Quod intelligentes ueteres, uaria scenarum oblectamina sibi excogitarunt, ut animum solatijs modo his, modo illis exceptum ab angore seiungerent. De cantu siue uociferatione cum harmonia adhibita scripserunt Antyllus, Aetius, atque Paullus, ualetudini eam nullum iuuamentum praestare. At in morbis ipsam aliquando usurpatam inuenio: nam Coelius Aurelianus uocis exercitium musico monitore compositum insanientibus in declinatione conducere scripsit. refert insuper Aulus Gellius, se apud Theophrastum, ac Democritum inuenisse uiperarum hominumque morsibus tibiarum modulos, & cantus mederi; Loco cita. Li 1 chro. cap. 5. li. 4. c. 13.

deri;

deri; & ad haec fuisse creditum a plerisque, & memoriae mandatum, ischiadicos, cum maxime doleant, tum si modulis lenibus uel ipsi, uel tibicen (quod factitare solitum Ismeniam Thebanum legimus) incinat, minui dolores, sicut & Philistionis frater in lib. 22. de adiutorijs confessus est: quod remedij genus a Pythagora excogitatum esse, nonnulli tradiderunt; quamuis Soranus, cuius sunt libri illi tres de Acutis a Coelio Aureliano latini facti, Asclepiadem mordens, qui phreniticos curare cantu profitebatur, apposite satis dixerit, eos mentis uanitate iactari, qui modulis, & cantilena passionis robur excludi posse crediderunt. Si igitur cantus ualetudini conseruandae parum confert, grauiorum autem tonorum sonus utilis est, uociferationi potius, quam cantui sanitatis studiosi operam dare debent: quoniam sic plurimus aer attractus thoracem distendit, uentremque & meatus per uniuersum corpus disseminatos aperit, dilatatue, cum in cantu mera quaedam, ac futilis oblectatio solummodo reperiatur, quae corpora robusta potius effeminare, non autem conseruare, aut augere apta est. unde mirari soleo, quare Socrates (ut refert Plutarchus) sese cantu exercere consueuerit, & non in uociferationibus, cum in ipsis, & concitatis lectionibus redundantium humorum excretiones contingant, & his quidem, qui concitatius legunt, magis, & per sudores; qui uero mitius uocem intendunt, per occultam transpirationem. Veruntamen illud Auicennae dictum semper memoria tenere oportet, quod magnam longo tempore efficere uocem est timorosum, quodque ex praedictis uocis exercitationibus saepenumero hernias, aliasue crepaturas oriri contingit, sicuti nostrates sacerdotes, aut cantores certam fidem facere possunt. antiquitus enim qui uocis exercitijs operam dabant, balneis, ut libro primo scripsimus, frequenter utebantur: quorum beneficio peritonaeum, Scrotum, ac testium utriculi humectabantur, sicque emollita magis tuto extendebantur, neque faciliter discindebantur: nostris autem temporibus minime huiusce generis remedijs uti facile conceditur: ut hac ratione modum in uociferando siue cantando maiorem seruare necesse sit.

In lib. de tuen. ua.

loco citato

Gal. li. 7. de cōp. med. sm loc. c. 1.



De

A *De lectionis, sermonis, risus, & fletus qualitatibus. Cap. VI.*



ECTIONIS a medicis ad sanitatis usum probatae duas species inuenio, alteram intentam, & concitatiorem; alteram remissiorem. Lectio intenta, quam Cornelius Celsus auctor elegātissimus claram nuncupare maluit, cum sit agitatio spiritus non leuiter, nec in superficie, (ut Plutarchus scribit) sed uelut in ipso fonte, in ipsis uisceribus ualens, calorem auget, sanguinem subtilem reddit, omnes purgat uenas; omnes aperit arterias, humorem superfluum non sinit crassescere, neque concrescere, neque faecis in morem subsidere, in his conceptaculis, quibus recipitur, & conficitur cibus. ex quo non temere B a Celso inter ea, quae commode exercentur, primum locum recepit. Quod etiam capiti nequaquam noceat, sed potius conferat, locupletissimi possunt testes esse Coelius Aurelianus, & Seneca: quorum ille in curando capitis dolore, atque etiam insania similem lectionem adhiberi consuluit: hic uero ad refrenandas, quas patiebatur, capitis destillationes ipsam in frequenti usu habuisse scribit. obseruandum est in hoc casu, ne in insania, aut capitis dolore difficilia intellectu legantur; quoniam talia Coelio auctore non minus afficiunt, quam corporis immodicae gestationes. Iuuat insuper clara lectio cum pectoris intimas partes, tum stomachum, cuius etiam uitia, ut scribit Celsus, corrigit, quandoquidem per ipsam pituitosa excrementa suauiter attenuantur, absumunturq., & calor natiuus citra ullam uiolentiam excitatur, & augetur. quod cognoscens Pli- C nius maior, dum uoce atque stomacho laboraret, in eorum remedium claram lectionem exercuisse, auctor est illius Nepos. qua pariter ratione Aetius eis qui colicis doloribus a frigido humore genitis sollicitantur consuluit leniter exclament, aut concinne cum uociferatione procedēdo legant. Sic ad phtisicos, atque tabescentes ea Methodicos nonnullos usos fuisse legitur. de hac sermonem faciens Auicenna dixit, quod ad legendum suauiter est incipiēdum, deinde uox ordinate exaltanda, postea cum uox fortior facta fuerit, creuerit, & longa fuerit, tempus ipsius erit ponendum temperatum, quoniam tunc magnum affert iuuamentum. Atque haec de intensa ac uehemētius facta lectione, quam Celsus etiam in tussi sicca laborantibus non parum utilitatis praestare censet. Ceterum quae lenius, & remissius agitur, ad eadem fere omnia ualet, nisi quod debilius cuncta operatur, & propterea interdum ipsa post ciborum

Lib.1.c.2. | Lib. de tu. ual. | loco citato | Epist. 97. | lib. 1 chro. cap. 1. | Li. 9. epist. penult. | Cel. lib. 1. cap. ult. | loco citato | lib. 4. c. 4.

ciborum sumptionem citra noxam uti possumus, quod Plutarchus D quoque non improbauit. de hac autem loquens Aristoteles scriptum reliquit, ignaros homines, ac melancholicos, dum legere incipiunt, somno corripi, quoniam intellectum figere nequeunt, & ob id uapores crassi, & frigidi excitantur, qui cerebrum frigefacientes somnum inducunt. ex aduerso uiros intelligentia praestãtes minime, dum lectitãt, dormire, eo quia intellectũ firmantibus ipsis calor internus amplificatur, atque inde uigiles potius quam somniculosi euadunt. Post uociferationem, cantum, atque lectionem succedit sermo, siue locutio, quae & ipsa uocis exercitatio est, attamẽ praedictis omnibus tum uehementia, tum robore cedit, & ideo inter debiles exercitationes recenseri meretur. Nam ijs in primis accommodatur, qui praeter modum ad somnum propensi sunt, quique aut prae humore melancholico, aut prae phlegmate sensus torpentes, quasiq. oppressos habent. tales namque a sermone perpurgantur, eorumue animi ita expergefiunt, ut faciliter mox sensus a corpore liberentur. Pituitam porro a sermone consumi, indicant sputa ex loquentis ore affatim emanantia, quae partim a capite, partim a stomacho, partim a thorace exeuntia, cuncta ista membra sermonis beneficio gaudere demonstrant. Iam uero sermo uim quandam obtinet, si Antyllo credamus, ut caput impleat, & grauitatem afferat, cuius rei gratia sciunt medici in doloribus capitis, pluribusque alijs eius affectibus sermonem interdicendum fore, sermo praeterea lippientibus, & quibus sanguis e naribus funditur, aut a pectore reiectatur, non parum nocet. Qua propter Cornelius Celsus, atque Galen. in sanguinis reiectionibus silentium necessario requiri uoluerunt; similiter linguam exsiccat, sitim inducit. atque hinc sapienter Hippocrates scriptis mandauit, silere, & os continere sitim exstinguere. quam sentẽtiam explicans eruditissimus Plutarchus non solum sitim a silentio non generari, uerum nec tristitiam, nec dolorem dixit, qui etiam multos, dum sese a loquendo continerent, tussim, ac singultum curasse memoriae prodidit. Triennio (ait Plinius) Maecenatem Messium accepimus silentium sibi imperauisse a conuulsione reddito sanguine. Ad haec uires dissolui a sermone, idq. praecipue in febribus, & magis quoque in accessionibus, testatum fecit Oribasius. ut nullum amplius dubium supersit, quin, & iuuandi, & nocendi ualetudini facultatem obtineat sermo: ne dicam quot damna, quotue commoditates, pro ut is adhibetur, saepenumero animis ingerat. quae si persequi uellem, nimis a proposito nostro recederem, quando praesertim, & Plutarchi

[Margin notes: 18. partic. prob. 1. — Oribasius lib. 6. c. 7. — lib. 4. c. 4. 5. Meth. — 6. Epid. com. 3. — in lib. de loquacitate in fine. — lib. 27. c. 6. — loco citato]

E

F

A chi de loquacitate libellus, & Galeni de curandis ac cognoscendis animi morbis, haec cognoscere cupiētibus sufficere possunt. Hactenus de articulatae uocis exercitijs. Praeter haec autē duae sunt exercitationes, quae tametsi uocis minime propriae uideantur, & ab auctoribus ut plurimum praetermissae sint, attamen ipsae quoque in exercendis aliquibus corporis partibus facultate non carent: atque eae sunt risus, & fletus. Nam risus, dum oris dilatatione, praecordiorumue titillatione interiora, & praesertim faciem exagitat, quin illas partes insigniter calefaciat, haudquaquam infitiari possumus: eo magis quod rubor in ridentium uultibus efflorescens caliditatis acutae apertissimum argumentum exsistit. & iccirco crediderunt nonnulli, Homerum uocasse risum γέλωτα ἄσβεςον, sicuti grammatici γέλως ab ἕλη, quae uox caliditatem significat dedu-
B ci tradiderunt. Proderit igitur in primis ridere illis, quibus frigidae sunt & capitis, & thoracis partes, melancholicis, & a frigida cerebri intemperie desipientibus, attonitisque, & qui ob moerorem ac tristitiam in febres, aut alios affectus delapsi sunt. de risu uerba fecisse Coelium Aurelianum existimo, quando in atrophiae curatione animi laxationem, διάχυσιν uocatam, post cibum commendauit; & quando similiter in capitis dolore adhibendam praecepit eandem, ne a mentis intentione caput impleatur. In his etenim uniuersis, cum frigida intemperies dominetur, merito auxilium praestat risus, nimirum qui multum aerem in pectore moueat, & spiritum calidiorem emittat, ut scriptum est ab Aristotele, qui hac de caussa ridentes grauiorem uocem edere quam flentes iudicauit. hoc autem tanto magis sperandum erit, si risu sese exercere uolen-
C tes alas sibi ipsis titillari facient; propterea quod magnus in illis partibus uenularum, atque arteriarum concursus exstat, quae titillatae concalefiunt, & spiritum subinde ex calefactione genitum per uniuersum corpus diffundunt. Neque uero latere quemquam debet, ualidum risum, sicuti dixit Plato, magnam mutationem parere, nempe de quo celebratur apud Graecos hic senarius.

11. partic. probl. 13. & 15. & 35 Partic. proble. 8.

Γέλως ἄκαιρος ἐν βροτοῖς δεινὸν κακόν, idest

2. de repu.

Risus intempestiuus inter mortales graue malum. Siquidem talis, praeter immoderatam spirituum effusionem, praeter nimiam agitationem, calefactionemue, non raro, secundum Aristotelis, & Alexandri sententiam, uehementem resolutionem inducit: quoniam ui talis uis, & insitus calor immodice foras prodit, ac inde fit, ut sic ridentes sudent, ac rubeant sanguinis aduentu: calorem etenim natiuum, ignemque ipsum, sicuti per loci appetitionem sursum

loco citato libro 1. Prob. 19.

sum efferri, sic per alimenti desiderium ima petere necesse est: igitur utralibet mouendi ratione perempta calor insitus interit, & uis omnis uitalis euanescit. ut non absque ratione Homerus finxerit D
Odyss.). Procos risu emori,

Ἀτὰρ μνηστῆρες ἀγαυοὶ
Χεῖρας ἀνασχόμενοι γέλῳ ἔκθανον, idest,
tum Proci illustres
Manus extollentes risu emoriebantur:

li. 2. de paedia Cyri. Necnon Aglaitidas apud Xenophontẽ dixerit, risum huiuscemodi mouentes, neque corporibus, neque animis prodesse. Porro caput, ac thoracem peculiariter ab huiusce generis risu offendi nemo negauerit, quemadmodum interdum laxata maxillarum ossa, dorsumque oblaesum animaduertimus. Fletum tametsi Aristoteles in pueris laudauerit, quasi eorum corpora flendo contracta, & contensa robustiora euadant, Ciceroq. scriptum reliquerit, athletas, cum exercebantur, ingemiscere consueuisse, ut se intenderent ad firmitatem; exiguum tamen usum in tuenda bona ualetudine habere certo scimus: pueri namq. fortasse a ploratu minus offenduntur, quoniam ei a primo ortu insuescunt, quippe qui statim ac ex utero parentis in lucem uenerunt, plorare incipiant: cuius caussam Soranus ephesius explicauit esse; tum quia tenuis spiritus a luce concutitur: tum quia insuetam terram attingant, quando mulieres in nauibus parientes mutum edunt. quam sententiam secutus Alexander medicus addidit, illos minime audiendos esse, qui animum dicant, quod amisso caelesti domicilio corpus inhabitare terrenum occoepit, iccirco infantem cogere dolere, atque plorare. Ceterum adultiores quem nam ex fletu capere fructum queant, nusquam uideo. quod enim is corpora frigidiora intenta, ac debilia reddat, praeter Aristotelem ob praedicta flentes acutiorem uocem reddere narrantem, Galenus quoque attestari uidetur, ubi pueros, dum plorant, interrupto spiritu ob uires defatigatas respirare sentit. qui item a fletu nonnumquam febres accẽdi perspicue testatus est. quantum subinde oculis ipsis detrimentum afferat, inde coniicere faciliter possumus, quod lacrymis ab humoribus oculorum (si Cassio medico credimus) defluentibus eos consumi necessarium est. ut summa cum ratione eloquentissimus auctor Cornelius Celsus continuos fletus oculos imminuere scriptum reliquerit: ne sileam quantum damnum uox recipiat, dum fauces, ac uocalia instrumenta inter flendum madefacta, exasperataue, eam raucam efficiunt, tussesque, ac noxios catharros latenter concipiunt. nam & apud

Marginal notes: E (beside "pueris laudauerit"); 2. Tuscul. (beside "tensa robustiora"); In Isagog. cap. 17. (beside "ranus ephesius"); Prob. 61. lib. 1. (beside "nauibus parientes"); F (beside "adultiores"); loco citato; 5. Aph. 54.; 1. de tu. sa. cap 8. (beside "praeter Aristotelem" … "plorant"); In proh. (beside "liter possumus"); Lib. 6. cap. d cur. ocu. (beside "summa cum ratione")

A Coelium Aurelianum legitur, ploratum post cibum ualde stomachum labefactare. Ex quibus omnibus colligitur, aut nullum, aut exiguũ emolumentum a fletu corporibus accedere, & iccirco similem uocis exercitationẽ dumtaxat animorum passiones, ut uoluit Posidonius, exsaturare posse, quando nonnulli affectibus pleni, quoties uolunt, plorare queunt, alij passionibus uacui etiã si uelint nequeunt. Atque tot de uocis exercitationibus dicta sufficiant. Gale. 4. de pla. Hip. & Pl. ca. ult.

De Cricilasiae, Trochi, & Pilamallei qualitatibus. Cap. VII.

CRICILASIAE exercitatio tametsi apud nullas nationes (quod ego sciam) in usu habeatur, quaeq. eius apud ueteres forma & modus fuerint, plene nondum mihi com-
B pertum sit, nihilominus facultates eius ab Oribasio descriptas praetermittere nolo, ut si forte alter, uel ipsissimam Cricilasiam, uel aliam similem exercere nouerit, eius uires minus ignoret. Illam itaque inter magnas exercitationes locum habuisse, memoriae proditum est ab Antyllo, qui etiam dixit, Cricilasiam intenta corpora mollire, & quae loco stabiliri non possunt, tum reuolutionibus, tum etiam figurarum corporis uarietate sic parare, ut facile flectantur, & stabiliantur; neruosq. imbecillos firmare, & laxare, calorem excitare, & intelligentiam, quae de uia deflexit, & atra bile agitatur, ad statum suum reuocare. Neque item trochus antiquorum quis fuerit, satis mihi constat, nisi uel eundem trochum nostrum uocatum, uel paullo dissimilem illi fore dicamus. Hunc procul dubio inter exercitationes tardas, atq. remissas collocandum es-
C se omnes affirmant, cumq. uirgis illis pilas in circum ferreum impellentibus agatur, necnon modo stando, modo ambulando exerceatur, ualetudinarijs, atque ijs, qui prae uirium imbecillitate, aut aliquo alio impedimento detenti, maiores exercitationes obire nequeunt, in primis conuenire uidetur, secundo loco senibus, atque ceteris, qui maioribus laboribus incalescunt nimis, tum etiam aestate potius aptabitur; peculiariter uisus in ipso exercetur, brachia, & crura; quae omnia in simili motu suauiter, ac citra omnẽ uiolentiã laborantia, quin robur acquirant, negari minime potest; sicuti in multis experientia quotidie comprobatur eum aluũ citare, humoresq. ad infimas partes detrudere, & succis uentriculi, ac totius corporis concoquendis suffragari. Verum enim uero qui capite uertiginibus obnoxio sunt, quiq. podagris, aut ulceribus tumoribusque crurum sollicitari cõsueuerunt, ab hac exercitatione abstinere debent;

6. collect. cap. 16.

Oribasius loco citato

bent; quoniam in alteris spiritus capitis commoti facillime affectio D
nes illas excitant; in alteris humores ad infima delabentes eos morbos fouent, ac incredibiliter augent. Inde est, quod Aretaeus in curatione, epilepsiae solam eius uertiginis inspectionem, quam facit instrumentum illud, quod βεμβῖκα dicunt, & de quo supra sumus locuti, epilepsiam inducere monuit. Hoc fortasse exercitationis genus intellexit Auicenna, quando dixit; Et ludere cum uirgis retortis dictis alsulegian cum pila magna, aut parua lignea, nisi quod illud inter fortes exercitationes reponens, & pilam magnam nominans a nostro differre demonstrat, nempe quod sit debile, solisque paruis sphaerulis agatur. Habemus & aliud motus corporis genus, quod pilis ligneis exercetur humi dupliciter, uel pilas in circum ferreum humi defixum manibus impellendo, uel cubo ligneo eas approximando, quod quidē genus dorsum ob inclinationes cōtinuas E
exercet, attamen caput offendit, atque renes in quorum ulceribus ἐξαπιναίους ὀπικύψεις uitari mandauit Rufus medicus, neq. admodum pro ualetudine probatur. legitur enim apud Gal. exercitationes inclinato capite, dorsoue peractas nequaquam illis conuenire, qui occasione qualibet leui uertigine, epilepsia, ophthalmia, auriū dolore, gutturis, aut alterius, capitis, & colli inflammationibus occupantur. Praedictis omnibus tum notior, tum frequētior est pilamallei uocati exercitatio, qua ueteres gymnastas caruisse nemo non fatetur; sed quanto magis tēporibus nostris penes cunctas nationes ipsa inoleuit, tanto magis necessarium uidetur illius facultates declarare. Nam quod ex magnis sit exercitationibus, ac uehemētibus facile est & a labore, qui sustinetur in ipso, & ab eius natura conijcere; a labore, quoniā sudor, defatigatio, rubor faciei, spirationis magnitudo ut plurimum in sic sese exercentibus oboriuntur; ex natu- F
ra uero eius, quia cum, & deambulatio fere continua, ac reflexa, & brachiorum iactatio, dorsiue totius obnixio quaedā adhibeantur, indubitatam fidē faciunt, nequaquam absq. uiolētia, aut magnitudine huiuscemodi exercitationē consistere. & iccirco probabile fit, ipsam calorē natiuum augere, excrementa euacuare, somnos profundos generare, & concoquendis cibis, atq. crudis humoribus conferre. At caput ab eadem repleri certum est, quando Gal. hoc uitium magnis exercitationibus adscribendum esse iudicauit. Quantum porro ad particulares effectus pertinet, in hanc sententiam uenio, pilamallei exercitationē praecipue brachia, atq. dorsum exercere, secundo crura: & propterea illis omnibus congruere, qui mēbra ista confirmare student, quique multitudinē ciborum perbelle

confi-

libro 1. fen. 3. do. 2 cap. 2.

In lib. de offe. ren.

5. de tu. ua. cap. 3.

A conficere, succos, utiles per uniuersum corpus distribuere, & super fluitatem, tam per sudorẽ, quam per secretam difflationẽ exinanire intendunt. Ceterum nemo, uel mediocriter rei medicae peritus, ignorat, ualetudinarijs, ac debilibus, quorum uires leui de caussa destruuntur, exercitationem istam minime accommodari: tanto minus illis, quibus capita male affecta sunt, aut aliquo pacto imbecillia. nam, & qui dorso non admodum ualent, quique renes calidos, urinasq. acres habẽt, ex talibus motibus summopere offenduntur, sicuti quoq. nocet exercitatio haec, ubi partes inferiores inflammationem, aut alium tumorem pati solent. Summatim possunt, qui sanitate fruuntur, ad eam tuendam, optimumq. habitum generandum pilamalleo sese exercere: qui uero aliquo pacto ab aegritudine occupantur, omnino abstinere debent. illudq. semper memoria te-
B nere operaepretium est, quae de exercitationibus bona a nobis pro mittuntur, uera reperiri, modo ea ratio temporis, loci, quantitatis, modi, atque corporum seruetur, quam in 4. lib. necessariam esse monstrauimus. alioqui si negligatur, mirum non sit, loco bonorũ inemendabilia mala succedere: quemadmodum saepenumero in proposita exercitatione euenire certo scio, quae cum fere post pran dium a plurimis agatur, nullo salubritatis loci, ac temporis habito delectu, nõ sua culpa, sed exercentium in curia perniciosas affectiones, ac prauos habitus inducit. quo magis omnes admoneo, ut diligentiam, a Maioribus nostris in exercẽdis corporibus obseruatam, quantum conceditur, imitantes, melius ualetudini, atque membrorum robori consulant, neq. committant, ut proprijs erroribus, & sanitatem simul deperdant, & honorem, dicẽte Galeno nostro ma- 5. de tu. ual.
C gnum dedecus illis esse, qui a natura sanam corporis constitutionẽ sortiti eam ob exercitationum, ac recte uiuendi negligentiam corrumpunt, atq. morbosam reddunt. Et quoniam hoc in capite duo diximus, alterum quod pilamalleus exercet dorsum, alterum, quod illis euitandum est, quibus dorsum est imbecillum, sciendum erit, Galenum uoluisse, in senibus debiles partes numquam exerceri, in alijs semper debere. rationem, qua inductus illud dixit, hanc fuisse existimo; quoniam debilitas senum emendari non potest, cum ex uirtutis motricis defectu proficiscatur, aliorum uero reparabilis est. unde, quando nos aliquas partes imbecillas minime exercendas consulimus, semper de imbecillitate confirmata, ac inemendabili, non autem de recenti, atq. de curabili, dicta nostra intelligi uolumus: ne a Galeni placitis, quem omnes medici sequi tenentur, in hac sententia recedere uideamur. 5. de tu. ual. cap. 3.



Quitationem, quã Galenus aliquãdo inter ea, quae exercitationes simul, & opera nũcupat, adnumerauit, ex eius dẽ sententia magnam exercitationẽ esse, aperte cõstat. Quo circa, quantũ sit ex se, poterit natiuũ calorẽ augere, & excrementorũ inanitioni opitulari. Est aũt nõ parua differentia, an equus (sic appello equũ, mulũ, & aliud qđ uis portãdis hominibus accõmodatum animal) lente, celeriterue gradiatur; an succussẽt; an asturco sit, ac tolutarius, an currat. De placida, & lenta equitatione scriptũ inuenitur ab Antyllo, atq. Aetio, si placide equus gradiatur, nihil magis, quã lassitudinẽ, & praesertim inguinibus afferre. de hac inquã uerba faciẽs Hippoc. memoriae prodidit, continuã equitationẽ lassitudinẽ magnã parere, hominesq. infoecundos & coeundi impotẽtes reddere, nec nõ dolores diuturnos, & claudicationes generare. neq. iccirco sẽtẽtia Hipp. dãnanda uidetur, qđ Aristoteles cõtrario plane sensu scriptũ reliquerit, equitantes assidue libidinosiores euadere; quoniã genitalia continua attrectatione, motioneq. incalescẽtia spiritu cõcipiunt, sicq. coeũdi cupiditas inducitur: siquidẽ Hipp. de placida, & nimis frequẽti loquitur, vt pote q̃ leni motu nõ ita calefaciat, & pendẽtes coxas, atq. pedes oblaedat: Aristoteles uero de ea, q̃ equo celeriter gradiẽte, & interdũ succussante, sed nõ admodũ frequẽter exercetur, uerba facit, unde particula (assidue) quã latini interpretes apponũt cũ in Graeco Arist. codice nõ inueniatur auferẽda plane erit. Haec etenim equitando facta exercitatio, ut Antyllus, & Aetius crediderũt, totũ corpus laboriose cõcutit, & magis adhuc oĩbus alijs exercitationibus. Vnde ab Alexãdro Tralliano in dolore capitis, quẽ caussa frigida gignit, adhibetur, sicut in epilepsia, in surditate, praesertim uero stomachũ firmat. ut non immerito scriptũ sit a Plinio, equitationẽ stomacho, & coxis utilissimã reputatã fuisse. qua itẽ ratione in singultu curando ab Aetio usurpatur, sensuũ instrumẽta subinde purgat, eaq. reddit acutiora, hydropicos (ut sentit Trallianus) si quid aliud, maxime iuuat, solutam aluũ & fluentẽ, dicente Celso, coercet, crura quoq. tenuia crassefacit, quod Germanici exẽplo testatur Suetonius. Ceterũ thoraci maxime aduersatur, necnõ uesicae male affectae, in cuius ulceribus curandis ante cetera huiuscemodi exercitationẽ vitari placuit Archigeni illi, praestantissimo Hadriani Imp. Archiatro: coxis etiam obesse scripsit Hippocrates, quamquã in hac re uarias auctorũ posteriorum extare sententias reperio. Themison Methodicorum

E F

1. đ tu. ual. cap. 8. 6. Epid. com. 1. aph. 6.

Oribasius lib. 6. c. 14. Aet. lib. 3. cap 7.

Prob. 12. lib. đ aere, aqu. & loc. cap. 11. 4. Sect. probl. 12.

locis cita.

lib. 27. c. 7.

Lib. 9. c. 3. Aet. lib. 11. cap 30 loco citato

princeps

A princeps in coxendicum dolore, ἰσχιάδος nomine a graecis appellato equitare imperabat aegrotantes, quo magis ob uehementiā motus partium faceret uexationem; post ipsum idem cōfirmauit Theodorus Priscianus, &, quem modo citaui, Plinius. Ex altera parte iam diximus, Hippocratem coxis equitationem inimicam, earumq. dolorum parentem reputasse, quem secutus Coelius Aurelianus Themisonis placita insectatus est, tamquam ueram ischiadicorum curationem destruentia. Ego, cum animaduerto in hac exercitatione uehementer coxas incalescere, ac ex motu debilitari, ita sentio, humores defluentes faciliter ibi decumbere, atq. inde dolorificas affectiones excitare, tanto magis affectus iam excitatos, quasiq. inueteratos acerbiores & indissolubiliores effici reor: quibus item rationibus equitationem a Celso podagricis iure damnatam fuisse puto. Equitatio peracta succussante equo praedictis duabus proculdubio deterior est, nimirum quae uniuersum corpus moleste quasset, & dolores excitet, augeatque. Sicut in Niptris ille sapientissimus Graeciae saucius intelligebat, ubi diceret.

Coel. lib. 5. cap. 1. li. 2. ad Timo. c. 21.

Libro 4. cap. ult.

B

Pedetentim ite, & sedato nisu ne succussu
arripiat maior dolor.

Cic. 2. Tusc.

Quo item Lucilius poeta antiquus innuit, dum equum succussantem taetrum nuncupauit hoc uersu.

Nonius Marc.

Succussatoris taetri, tardiq. caballi.

Ad haec succussationē uehementer caput offendere, collū & dorsum, & nates, experiuntur illi, qui aliquādo in hunc modū equitare coguntur. Deniq. si ulla est equitatio, quae uiscera praecipue (id. n. fatetur Gale.) agitare apta sit, proculdubio nunc proposita talis est, a qua nō solū interiora omnia cōcuti, uerum etiā suspendi, quasiq. arripi uidentur. illud unū habere iuuamen potest, ut cibis, atq. crudis humoribus cōcoquēdis, aluoq. ciendae, ac urinae proliciēdae, necnon a renum (quod Auicēnae placuit) loco lapillis atq. arenulis ad inferiora deducēdis adiuuare queat. Sed, quoniā maioribus damnis cōmoda haec cōpensantur, omnes ab exercitatione simili abstineant cōsulo. In asturconibus equitatio (eam sic appello, quam uulgari nomine portantū, aut trainā uocant Itali, & de qua ita Martia.

2. de tu. ual. cap. 11.

C

li. 4 fen. 19 tra. 1. c ult.

Hic breuis ad numerum rapides qui colligit ungues
Venit ab auriferis gentibus astur equus)

Lib. 14.

quemadmodum magis corpus, & membra gradarij equi uectione exercet, ita minorem molestiam parit, siquidem mollis illa alterno crurū explicatu glomeratio minimum fatigat, peculiariterq. aluum citare usu probatur. De equitatione currentibus equis facta licet

apud Arist. legatur, ita equitantes, quod magis caueant, minus ca- D
dere, tamen eam improbare uidetur Galenus hac ratione; quia sae-
pe contingit equitantes in terram decidere, & nonnumquam ex ca
su emori: sed praeter hanc multae exstant caussae aliae, ob quas a sa
nitatis studiosis huiusmodi equitatio omni diligentia euitari de-
bet. nam corpus (ut scribit Hippoc.) nimium calefacit, exsiccat, atq.
extenuat, ob id ad minuendam carnis multitudinem a Coelio Au-
reliano probata, caput male afficit, sensus hebetat, oculos non pa-
rum offendit: quandoquidem Aristot. caussam indagans, cur, qui
equo uehuntur, quo longius equus decurrerit, eo magis emittere
lacrymas solent, significat ideo illud euenire, uel quoniam motus
calefaciẽs ualde humores oculorum eliquat, & lacrymas inde ciet,
uel quia sicuti uenti aduersi oculos perturbant, sic aer occursans
tanto magis ferire potest, quanto equus uelocius agitatur. laedit E
praeterea haec equitatio tam thoracem, & pulmonem, quam uisce-
ra uniuersa. Quod etiam renes maximo detrimento afficiantur,
fidem facere possunt multi, quorum alij urinae ardore, alij lapillis,
alij ulceribus modo renum, modo uesicae, modo peritonaei usque
adeo ob hanc exercitationem sollicitati fuerunt, ut fere ijs affectio-
nibus mortem obierint: ne dicam quot luxationes, quot ossium fra
cturae, quot membrorum distorsiones saepenumero inde nascan-
tur, dum brachia, dorsum, coxae, & crura supra modum laborant.
Videant igitur quos currentibus, atque mutatis equis itinera sua
obire delectat, quot, ijsq. grauissimis periculis, nedum ualetudinẽ,
uerum etiam salutem ipsam subijciant, quomodoque non inge-
nuorum, aut sanitatem curantium ac uitam, sed potius perditorum
hominum, athletarum, nihilq. uitam, qua nobis carius, aut opta- F
tius nil reperitur, aestimantium opus exerceant. Hactenus de equi-
tationis speciebus, quarum nullam aegrotantibus admodum con-
ferre scripserunt Antyllus, atque Aetius; quasque nec ijs, qui me-
dicinam sumpserunt, ullo pacto congruere memoriae tradidit So-
ranus Ephesius, neque illis, qui renum morbis male afficiuntur,
uel earum inflammatione laborant, conuenire censuit Galenus.
Sunt qui in equo sedentes gestari delectentur, quae exercitatio
parum male ualentibus usui esse mea sententia potest, nam, ut mol-
lissime ueharis, tamen lassitudo inguinum, lumborumque & du-
ra suspensio explicatioque percipitur, quando subpedaneis corpus
sustentare, perarduum est, ne dicam impossibile. accedit & ma-
la, ac dolorifica illa concussio, si quo modo incitatius feraris. Va
lentibus magis conferre eadem potest, corpus, animum, & stoma-
chum

[Margin notes: In lib. de paruae pilae ludo. / 2. de diaeta. / lib. 5. c. ul. / Sect. prob. 13. / locis citat. / In Isagog. cap. 23. / 6. epid. com. 3. aph. 2.]

A chum firmando: sensus expurgando, acuendoque, sed pectus, atque pedes debilitat.

De gestationum in uniuersum viribus *Cap. IX.*



NTEQVAM gestationum sermonē aggrediamur, illud prius adnotandū lectoribus uolumus, nos minime ignorare, multos equitationem inter gestationis species reposuisse, inter quos fuit Aetius Amidenus; sed nequaquam horum opinionem sequi uoluisse; tum quia Cornelius Cel. antiquus simul, & celebris auctor, ubi gestationis species adnumerauit, ne uerbum quidem de equitatione facere uoluit, quasi alienam a gestatione iudicauerit, id quod multos alios opinatos fuisse B conijcitur ex Antyllo; tum quia expresse Gal. gestationem, & equitationem diuersas esse declarauit in 2. de tu. ual. ubi alias exercitationes a nobis fieri tradidit: alias ab extrinseco, ut gestationes: alias mixtas esse, qualis equitatio est; tum quia, si gestatio, ut definiunt omnes auctores, mixta est ex motu, & quiete, pluribus corporis partibus non moueri apparentibus, uniuerso autem corpore a latione moto, haec condicio ab equitatione longe abest, in qua scilicet manifestissime omnes fere corporis partes moueri conspiciuntur. sed ista parum referunt, quando etiam Antyllus, atque Aetius separatim de equitatione ipsa uerba fecerunt. Hanc inquam gestationem ab equitatione separatam, necnon a graecis αἰώρην uocatam, multas quidem habuisse species, in superioribus declarauimus: at quae omnibus uniuersali gestationis nomine comprehen- C sis facultates attribuuntur, prius explicabuntur, demum particulares effectus singulis adscriptos persequemur. sed prius id ignorari nolo, saepenumero apud auctores reperiri gestationes, & exercitationes simul nominatas, quasi utraeq. inter se differant, quorū sententiae de exercitationibus proprijs, quae uehementiores motus gestationibus exsistunt, non autem de communiter acceptis interpretandae semper erunt. Est igitur gestatio secundum Antylli, Aetij, atq. Auic. sententiam, inter placidissimas, atque debiles exercitationes, & propterea non solum sanis, & ualetudinarijs, uerum etiā longis, ac inclinatis morbis, & deniq. ijs, quibus lentae morborum reliquiae remanent, nec aliter eliduntur, accōmodatae sunt. In acutorū nonnullis ut ab Aretaeo in Letargicis, nephriticis probantur. quinimmo tradit Celsus Asclepiadē etiam in recenti, uehementiq. febre, praecipueq. ardente ad discutiendam eam gestationis usum

lib. 3. ca. 6.
lib. 2. c. 15.
locis. cita
loco citato

comprobasse. quod profecto periculose efficitur, meliusq. quiete D eiusmodi impetus sustinetur. In sanis etenim, ac ualetudinarijs gestatio, cum nec lassitudinem corporibus ingeneret, immo ea fere magnis exercitationibus similiter moueat, potest calorem naturalem augere, materiae multitudinē discutere, habitum corporis firmare, actiones stupidas excitare, segnitiem dissoluere, corporis turbationem sedare, ijs, quos uigiliae exercent, somnum conciliare, & contra etiā ueternosis, ac dissolutis reditum ad se, uigiliasq. parare. nam somnum conciliat, excrementa, quae a capite ad stomachum delabuntur, per halitū digerendo, quae nimirum partes sunt uigiliarum praecipuae caussae: sed uigilias postea inducit corporis tenorem ad se reuocando, & corroborando. &, quamquam Seneca epist. LVI. uideatur gestationem facere magis laboriosam, quam ambulationem; eius tamen oratio interpretanda est de eo solo, qui ualetudine offensus ab omnibus fere turbatur. In quibus morbis de ge- E stratione periculum facere placebit, sic experiundum esse consuluit loco citato Celsus, si lingua non erit aspera, si nullus tumor, nulla durities, nullus dolor uisceribus, aut capiti, aut praecordijs suberit, & ex toto numquam gestari corpus dolens uoluit, siue id in toto, siue in parte est, nisi tamen solis neruis dolentibus; neque umquam in recenti febre, sed in remissione eius. Nihilominus, citra multas obseruationes, ab auctoribus probatas esse in uarijs affectionibus gestationes reperitur. Coelius Aurel. in libris, quos de morbis diuturnis inscripsit, eas in incubone (quo morbo plurimos Romae quasi ex cōtagione quadam aliquando perijsse, refert Silimachus Hippo. sectator) commendauit, similiter & in uocis amputatione, in haemoptoicis, in quibus eandem damnauit Asclepiades, in asthmate, in stoma- F chicis, in elephantiasi, in colicis, in arthritide. Theodorus Priscianus quoque, & ante ipsum Aretaeus gestationes adhibendas uoluit in melancholia, in antrophia, in spleneticis, necnon in stomachi doloribus. Iisdem exercitationibus in illis, qui ualde exsiccati 7. Meth. sunt, atque refectione opus habent, Galenum usum, aliquando legitur. Quin & ipsemet Celsus pro sacro igne curando gestationem laudauit. ut non semper condiciones ab ipso demonstratas obseruatu necessarias fore hisce auctoritatibus conuincere ualeamus.

lib. 2. cur. chron. c. 7. Non est tamen ignorandum, magnopere referre, quonam in loco quis gestationibus utatur. quod Aretaeus coeliacorum exercitationes demonstrans eam ceteris praetulit, quae inter lauros, myrtos, atque thymum efficitur.

De

A *De gestationum in vehiculo, lectica, atque sella particularibus viribus. Cap. X.*



EXPLICATIS ijs quae ab auctoribus de gestationũ facultatibus in uniuersum tradita fuerũt, iam ad particulares descendere opportunũ est, si prius illud in memoriã reuocauerimus, scriptores.s. medicinae, qñ sine additione gestationis usum in sanis, atq. ualetudinarijs nominant, de qualibet eius specie intelligere: qm̃ nulla fere inuenitur, quae ipsis utiliter accõmodari nõ posit. quando uero in aegrotis loquuntur, interdũ oẽs, sed in remissionibus morborũ, interdũ placidiores significare. Vehiculorũ multa fuere apud maiores nostros genera, quorũ luxuria usq. adeo interdũ Romae creuit, ut, referentẽ Plinio, aurea ac ar- Li. 34 c. 27.
B gẽtea facere nõ sint ueriti. sed hoc praeter institutũ nostrũ est. Nã, quae pro sanis, aut aegris in usu habita sunt a medicis uehicula, alia ab animalibus, mulis.s. aut equis agebantur, alia ab hominibus, & utraq. uel tardiuscule, uel celeriter. Gestationẽ uehiculo factã quis ceteris acriorẽ esse dixerit Celsus, nihilominus, secundũ Galeni sen- lib. 2. c. 15. tentiã, inter debiles exercitationes recenseri meretur. quo fit, ut sa- 2 đ tu. ual. c. 11. nis, nisi aliter exerceri impediatur, minime omniũ cõueniat. Vale- 5. đ tu. ual. tudinarijs, atq. senibus magis, queadmodũ Antiochũ sese exercuisse, & Caeciliũ Pliniũ accepimus: maxime uero aegrotãtibus, de quibus sermonẽ faciens Antyllus dixit, gestationẽ in uehiculo factam uim quandã amoliendi, cõmouendiq. morbos stabiles, & permanẽtes habere. Qua propter Seneca epist LVI. ad bilẽ faucibus infixã discutiendã, & ad spiritus densitatẽ extenuandã sibi mirifice profuisse
C scribit, qui, ꝙ anhelandi difficultate, siue suspirio, ut ipse uocat, nõ raro usq. ad expirationis periculũ exerceretur, huiuscemodi exercitatione aduersus morbũ utebatur. Haec inquam exercitatio du- lib. 3. c. 6. plex ab Aetio traditur, altera mitior, altera uehementior. de mitiori scriptum reliquit, ea in capitis affectionibus, & his, quibus intestina fluxione laborant, utendũ esse. unde sapienter Coelius Aurel. lib. 1. c. 1. iudicauit, capitis dolore uexatos per longã uiam gestari debere, ne frequenti uersione aegrotanti uertigo induceretur, uelut etiam nõ sine ratione in furore, atq. paralysi curandis uehiculi manibus acti gestationem adhibendam esse uoluit, quamquam eandem postea in epilepsiae curatione improbauerit, ꝙ motus rotarũ uertiginem, caliginemq. faciat aegrotanti, quae passionis imaginẽ ferat. licet.n. Galenus, Trallianus, & Aetius in uertiginosis, epilepticis, graui 5. de tu. ua. ophthalmia, aut aurium dolore, surditateue captis, necnõ in hemi- cap. 3.

cranicis similem exercitationem prorsus auersari non uideantur: D attamen Aetius sic affectos leniter moueri, & auersos ab itinere retrorsum desidere in curru mandauit: multos subiungens se nouisse hoc modo curatos, qui nullo alio auxilio indiguerunt. Aetium deinde secutus Auicenna addidit, huiuscemodi uectationem retro-uersa facie peractam uisus debilitati, eiusq. obfuscationi magnũ iuuamentũ conferre. Hanc mitiorẽ in aluo fluente cõmendauit Celsus: quam ualetudinarijs quoq., & senibus Ausonium Gallum poetam, & Ausonij medici a Marcello citati filium probasse puto, quãdo is, amico cuidam seni, & a morbo resurgenti scribens, monet Cisio, & Veredo, quae erant uehiculorum genera, tarde uehatur, rhedas, petorita, & equorum ueloces motus fugiat, his uersibus.

Loco citato.

Pelle soporiferi senium, nubemq. veterni,
Atque alacri mediam carpe vigore viam,
Sed Cisium, aut pigrum cautus conscende Veredum, E
Non tibi sit rhedae, non amor acris equi.
Canterij moneo male nota petorita vites,
Nec celeres mulas ipse metiscus agas.

Porro uehiculi gestationem uehementiorem tamquam calefaciente, attenuanteq. ui praeditam in supprimenda carnis multitudine a Coelio cõmendatam inuenio: quam itẽ ab ipso pro atrophiae curatione, & ab Aetio in affectionibus pectoris, & stomachi, in tumoribus laxis, in hydropicis, ac stupore attonito perculsis ueluti optimũ praesidium usurpatã fuisse, constat. In lectica gestatio facta ut praedicta aliquanto remissior atq. blãdior exsistit, sic quoq. plures usus apud medicos in exercendis aegris habuisse legitur. quod enim in sanis quandoq. eam adhibitam reperiamus, id factum credo: non ut F simili exercitatione ulla ualetudini accederet utilitas, sed potius, quia a senectute, siue alia caussa (ueluti Alexander ob cruris uulnus in militari expeditione lectica usus traditur) cogebãtur, uel ut a puluere, sole, uentorum flatibus, pluuia, grandine, ac hiemis rigoribus defenderentur. quo circa, nisi aliqua ex praedictis causis homines sani urgebantur, ut a lectica abstineant, consulo: quoniam, praeter agitationem illam, quae plurimorum capita uexare cõsueuit, generat & in corporibus quendam torporem, dum omnia fere membra a motu feriantur, ut mox difficile reddatur, ea maioribus, ac utilioribus exercitationibus assuefacere. Verum enim uero hac particulari cõmoditate non mihi uidetur priuanda lecticae gestatio, ꝙ sani uiri ea possunt uti post cibos, nõ ad exercenda corpora, sed ad obeũda negotia necessaria, citra motus damnum, aut solatij, & exhilarandi

li.4. c. ult. loco citato

Q. Curtius

A randi animi gratia: quẽadmodũ factitaſſe Auguſtum, quando a cae na ſe ĩ lecticulã lucubratoriã recipiebat, auctor eſt Suetonius. Quãtum autẽ ad exercitanda languentium corpora ſpectat, duplex fuit illius apud medicos gymnaſtas uſus, aut geſtatis ſedentibus, aut decumbẽtibus. Decumbẽtes in lectica geſtantur, ut Antyllus, Aetius, & Auicẽna memoriae mandarunt, qui lethargica febri, aut ſemitertiana, aut quotidiana, ac phlegmatica uexantur, hydropici, ſecundum Tralliani ſententiam, apopletici, reſoluti, nephritici, ac podagrici. ſiquidẽ haec cõmotio per lecticam habita (ut ait Arabum medicorum princeps) materiam expulſioni aptam efficit. prodeſt ſubinde talis geſtatio ijs, qui diuturna imbecillitate laborant, qui elleborũ ſumpſerunt: itemq. uigilantib. aut ſegnitie, & pigritia quadã oppreſsis, necnon ijs, quibus caninum in modũ appetitus intentus B eſt, nimirum cum intẽtio illa ſedetur. Ceterum ſedẽtes ĩ lectica, ſecundum Aetiũ, portari debent, qui in integra febriũ declinatione cõſiſtunt. eadẽ ratione, & illi, q alias exercitationes obire nequeũt, qui diuturno aliquo, & leui morbo impliciti ſunt, qui, cum adhuc imbecilles ſint, vires reficere cupiunt, qui tarde alimentũ cõficiunt. Ex quo prudẽter ſatis Cornelius Cel. ubi phtiſici nauigare nequeunt, lectica eorũ corpora dimouẽda conſuluit: quemadmodũ Alexander Trallianus, ſi quid aliud huiuſcemodi geſtationes & naui, & lectica factas, hydropicos iuuare ſcripſit. In ſella, quã ſcamnum uocare maluit eloquẽtiſsimus Celſus, geſtatio facta, tametſi apud auctores ſaepenumero cũ lectica cõfuſa, atq. eadẽ inueniatur, nihilominus in duobus ab illa diuerſam exſtitiſſe puto: primo, quia lectiC ca duorũ hominum capax erat, ſicuti innuit Suetonius, vbi Neronẽ cum matre in lectica quandoq. uehi ſolitum ſcribit. quod minime de ſella (ni fallor) legitur. ſecundo, qa lectica interdũ ſex ſeruis, interdũ octo, interdum plurib. geſtabatur. ſellã autẽ tamquã breuiorem, & unius dumtaxat capacẽ a pauciorib. geſtatã, ueriſimile uidetur. Neq. n. ullam inter ſe maiorẽ differentiam tẽporib. noſtris ſella cooperta, & lectica obtinuerunt, q̃ q altera à duob. ſeruis ut plurimum geſtatur, uniuſq. dũtaxat capax eſt, altera a iumentis portatur, & duos continere ualet. In ſella ſani geſtabãtur, deliciarũ potius, & maieſtatis oſtentandae, quam ualetudinis gratia: quamquã Pliniũ ea Romae uectũ, ut etiã inter eundum ſtudijs uacaret, ipſius Nepos tradit. Celſus hanc ſcellarẽ, & ſimul lecticarẽ geſtationẽ nauigatione in portu, uel fluminibus acta uehementiorem facit. Porro fiebat huiuſcemodi geſtatio, tũ in ſella cooperta, tum in aperta, tũ ſedendo, tum iacendo. Aegrotantes ſine febre in ſella detecta potius, quã

locis citat.

lib.9.c.3.

lib.2.c.15

lib.epiſt.3.

tecta

tecta gestari debere, censuit Antyllus. In alia utiliter portantur iacentes febricitantes, atq. ex ijs lethargici potius, & quos cataphora urget. qđ si aliqui simplici permanenti, & diuturna febre iactentur, modo uires ferant, gestari plurimum debent, ut Coelius phtisicis cõsuluit, quandoquidẽ gestatio, minus mouens corpora, quandoq. febrem magis excitat. Ergo in febricitantibus, qui ad integritatẽ perueniunt, uel quorum longa admodũ remissio est, uel qui febribus tenentur longis, etiam si non magna interualla habeant, conuenit haec gestatio. quam similiter in multis alijs affectibus, nempe in dolore capitis, in epilepsia, si ferri queat, in mania, in paralysi a Coelio Aurel. commendari, ex eius de chronicis passionibus inscriptis libris clare habetur. ut etiam nos tuto, ubi res postulat, similibus gestationibus aegrotantes exercere ualeamus, dum tamen maturo morbo, atque iam inclinante illud agatur: alioqui, si, adhuc saeuiente, aut incipiente affectione, gestatio administretur, accidentia acerbiora, & periculosiora consequuntur quoniam motus, ut dissipare utiliter concoctos humores, ac excrementorum reliquias potest, sic calorem augere, spiritusq. & humores nondum quietos, & repurgatos exagitare natus est. ex quo summum studium adhibendum est, ne crescentibus crudisue morbis, praesertim calidis gestatio, aut alia quaeuis exercitatio administretur, sed in maturis solummodo, frigidis, atque illis, qui manifeste inclinare animaduertuntur.

Lib. 2. chr. cap. ult. Oribasius loco citato.

D E

De lecti pensilis, cunarum, ac nauis gestationum facultatibus. *Cap. XI.*



QVI primus lectulos pẽsiles excogitauit Asclepiades, duabus rationibus (ut refert Plinius) illud effecisse uisus est; tum ut blãdo eorum iactatu somnos alliceret: tum etiã, ut morbos extenuaret. quibus rationibus adducti posteriores in curandis aegris eorum usum frequentiorem reddiderunt; quamquã grauis auctor Cornelius Cel. exercitationẽ hanc tantũmodo administrandã aliquãdo iudicauit, ubi neq. nauis, neq. lecticae, neq. sellae copia datur: licet postea in apoplexia cũ aeger resurgit, ipsum lecti motu cõcutiendũ praecepisse inueniatur. Verum.n. uero Antyllus, Aetius, atq. Coelius, etiã si nil aliud deficiat, ꝓ multis affectionib. debellandis, lectis pensilibus infirmos exerceri uoluerunt, quinimmo (quod paucis cõceditur) hanc gestationẽ tam ante cibũ, quã a cibo prodesse dixit Antyllus. nã primo febricitantes, aut diuturno morbo decũbẽtes, in quo corpora cõsumpta sese erigere

Loco citato.

F

non

A non ita ualēt, aut Elleborū sumētes a tali gestatione utilitatē recipere iudicatū est: deinde in his, qui uires a febrili affectione recolligere incipiūt, necnō in lethargicis, & in appetētia ciborū deiecta eandē prodesse experimētis inuentū fuit. neq. defuerūt qui ipsam in furiosis, ac phtisicis laudauerint. Quemadmodū, & Aetius, & Priscianus Theodorus phreniticis adhibendā cēsuerunt, quo blāda illa agitatione spirituū perturbatio leniretur, & somnus alliceretur. Ex genere pēsilis lecti scympodiū quoq. esse, mōstrauimus: & iccirco ubi a Coelio, atq. alijs gestationes ī pēsili lecto probatas uiderimus, idē & de hac intelligere poterimus. Lectulo pēsili non dissimilē aliā lecto factā gestationis speciē inuenio, quā primus (quod ego sciam) inter medicos Celsus monstrauit, ubi deficientibus ceteris gestationi dicatis instrumētis uoluit uni pedi lecti funiculū esse subiiciendū, atq. ita lectū huc, & illuc manu impellendū. id quod etiā Amidaenū Aetium significare uoluisse arbitror, quando scripsit, duas esse lecti gestationes, aut pēsiles, aut fulcra mobilia iuxta angulares pedes habentis. Hoc equidē illuc exercitationis genus existimo, qđ ab Auic. sub cunarū reuolutione descriptū fuit, atq. idē nomen usq. ad tēpora nostra retinuit: etsi. n. ab ipso inter debiles exercitationes recēseatur, demulcendisq. pueris potius ex Galeni sentētia, nō sanis aut infirmis exercitādis aptū uideatur: nihilominus ijs cōuenire creditur, quos febres debilitarunt, sicut etiā illi, qui nec dū se mouere, neq. sedere ualēt, quiq. ab hellebori potione ualde ꝓstrati fuerūt, aut secundū Celsum alicuius mēbri resolutionē patiūtur, quin, si talis gestatio suauiter administretur, ꝑter somni iucūditatē ꝙ affert, flatus quoq. dissoluit, reliquijs morborū capitis, ueluti stupori, & obliuioni prorsus exstinguēdis cōducit, appetitū mouet, & naturā sopitā exsuscitat. Auic. 1. 4. trac. 2. c. 13. ad cōpescēdum nimiū sudorē pcipit, ut aegri ponātur super illud instrumētū, quo pueri, uel iuuenes solēt in aere concuti, atq. ita in aere frigido cōcuti quo quidē puto esse genus illud instrumēti, cuius facta est mētio supra li. 3. sub Oscellarū nomine. Inter gestationū species ultimo loco posuerunt fere oēs nauigationē, ꝙ ceterarū omniū lenissimā fecit Corn. Cel. sed & huius quāplurima inueniūtur discrimina: siquidē nō parū interest, an quis in stagno, an in flumine, an in mari naue geratur: & in mari, an in portu, an in litore, an in alto, an turbato, an tranquillo. Naurgatio facta in stagnis, lacubus, aut paludibus ceteris in salubritate postponitur: quoniā ut plurimū ex aquis stagnantibus, nisi sint maris alicuius instar, putridi uapores eleuātur, qui aerē inficiētes nauigationē magis suspectā reddunt. ut non immerito scriptum sit ab

Arist.

Aetius lib. 3. cap. 6.

loco citato

lib. 2. ad Timo. c. 2.

lib. 3. c. 12.

B

loco citato

lib. 1. fen 3 doct. 2. c. 2.

1. de tu. ua.

C

loco citato

Arist. palustria loca incolentes sub pallidos, ac somnolentiores euadere. minus noxia exsistit in fluminibus nauigatio, nêpe q̃ auctore Plutarcho timoribus carens nauseam ullo pacto non cõmoueat. uerũ tamen tã haec, q̃ illa, quae exercetur in stagnis, in capite male affecto incõgruae a Coel. Aurel. iudicantur, ꝙ humectantes caput terrena exhalatione infrigidant. Duabus praedictis maritima nauigatio ualde praestãtior creditur, quoniã mari semper uapores sicci, & calidi educuntur, qui latẽter, ac sensim nauigantiũ corpora recludunt, necnõ salsae proprietatis caussa excremẽta absumunt, atq. hominũ habitus quadã facili mutatione reficiũt, & icciroo huiuscemodi exercitatio in cũctis fere morbis humidis, ac frigidis a medicis ꝓbatur, & priuatim a Celso in tussi omni, a Coelio ac Aretaeo in dolore capitis, in epilepsia, si ferri queat, in sanguinis sputo, in pthisi, in icteritia, in hydropisi a Tralliano in frigida uẽtriculi intemperie cõmendatur. In phtisi nãq. praestantissimũ remedium nauigationẽ semper a Maioribus habitã fuisse, testatus fuit Plinius, qui hac ratione phtisicos Aegyptũ petere cõsueuisse refert, quo cum Annaeus Gallio post consulatũ iam fere phtisicus, & Zosimus Plinij nepotis libertus sanguinis reiectatione laborãs profecti essent, ad sanitatẽ restituti fuerunt: q̃q̃ barbarus ille auctor Plinij Secundi nomine falso inscriptus in 1. de re medica lib. dicat phtisicis magis cõferre in saltibus, ubi pix nascitur, habitare, q̃ in mari nauigare. Porro ex maritimis nauigationibus lenissimã dixit Celsus eam, quae in portu efficitur, q̃ tamen in capitis affectionibus una cũ fluuiali, & stagnali improbauit Aurelianus. Quae uero in litoribus exercetur nauigatio iucundissima habetur, de qua celebratũ hoc prouerbiũ narrat Plutar. πλοῦς μὲν ὁ παρὰ γῆν, περίπατος δὲ ὁ παρὰ θάλατταν ἥδιστος. i. nauigatio iuxta terrã, ambulatio uero iuxta mare iucũdissima. haec ex cõmuni Auicẽnae, atq. Aetij sentẽtia praecipue prodest hydropisi, elephantiasi, apoplexiae, stomachi frigiditatibus ac inflationibus: atrophiae quoq. secundũ Coelium non paruũ auxilium praestat: quamuis.n. a principio stomachũ subuertat, paullo post tamẽ assuefaciens illũ sedat, quinimmo, ut dicebat Plinius, uomitiones illae instabili uolutatione cõmotae plurimis morbis capitis, oculorũ, pectoris, & deniq. omnibus, propter quae bibitur elleborũ, medetur. Verum gestatio in alto mari peracta reliquarũ uehemẽtissima exsistit, & mutationes plurimas, atq. maximas facit, nimirum, cum animus mixtos affectus habeat, & tristitia, & spe, timore, atq. periculo: modo gaudẽtibus, & laetis, modo in angustijs, & periculis uersantibus nauigãtibus, quae simul omnia magnã uim habẽt, ut quoq. Plutar. cognouit,

14. partic. problem. 11. & 12. In probl. nat. lib. 1. c. 1. Lib. 28. c. 4. lib. 31. c. 6. epist. lib. 5. cap. 61. 1. Sympo. lib. 37. c. 6. lib. de cau. nat.

D E F

A cognouit, ingentes uomitus cõcitandi, ac cõsequenter omnẽ ueterẽ morbum profligandi: & proinde iure dixit Auic. nauigationẽ hanc ad exstinguẽdas praedictas aegritudines efficaciorem esse. quin & mixtio illa motus, & quietis, qua praedita est, si quid aliud, probe corpus nutrire idonea est. Quae tranquillo mari peragitur in naui gestatio non admodũ (dicebat Antyllus) magnam turbationẽ, neq. cõcussionẽ affert: ex quo fit, ut ferme accõmodata sit ijs, quibus etiã gestatio in curribus conuenit: nisi ꝙ hoc magis habet, ꝙ in purgato aere, ubi non humidi uapores, sed sicci, & acres sint, efficitur. Caeterũ quae turbato mari obitur, magis animum, & corpus exagitat, magisq. uomitũ ciet, & iccirco quantum fieri potest, in omnibus fugiẽda est, cũ motus acutissimos, dum nauis a uẽto impellitur, uehemẽtissimos, & neutiquam cessantes, sicq. corpori intẽtissimos habeat.

Oribasius lib. 6. c. 25.

B Non silendum, in nephriticis nauigationem, omnemq. maritimam uitam ab Aretaeo sub his uerbis commendari: καὶ πλοῦς, καὶ ἡ ἐν θαλάσσῃ βιοτὴ, ἅπαντα τοῖσι ἐπὶ νεφρῶν ἐστιν ἄκεα. idest, Et nauigatio, & uita in mari facta, omnia sunt nephriticis remedia.

De natationis, & piscationis effectibus. Cap. XII.



NATATIONEM inter exercitationes apud medicorum gymnastas exstitisse, maximeq. omniũ ab antiquis in existimatione habitã fuisse, ꝙ homines e periculis maximis, (ut dixit Plato in Gorgia) liberaret, eosq. ad audendũ fortiores, & animosiores redderet, iã satis mõstrauimus: ideo uires eius perquirere solũ restat. Nã uarias hanc quoq. differẽtias habuisse reperio: siquidẽ aut natatio fiebat in aquis spõte nascẽtib. aut lib. 5. c. 14.
C in alijs: & si in alijs, uel in dulcibus, uel in maritimis: si in dulcibus, aut fluuijs aut lacubus, aut stagnis: atq. hae oẽs uel in calidis, uel in frigidis. Natationẽ in aquis spõte nascẽtibus, quas oẽs calidas esse, & Aristot. auctoritas & ratio, & experiẽtia demõstrant, peractã improbauit Antyllus, tamquam impleat, eam tamẽ in paralyticis curãdis adiumentũ praestare, credidit Coel. Aur. ita. s. administratam, ut patiẽtibus partibus inflatae uesicae adiungãtur, quo natãdi laborẽ minuant. Quae porro in dulcibus aquis efficitur natatio, ad omnia est maritima male affectis inefficacior. quamobrẽ uitanda plerũq. est: quia, si in ea quis diutius immoretur, ei nerui, cũ propter frigus, tũ propter humiditatẽ laedẽtur: ex factis tamen in dulcib. aquis natationib. fluuiales minores sanis corporib. noxas inferũt, potissimũq. ad inducendũ somnũ ab Horatio Flacco cõmendantur, ubi scribit,

24. partic. Prob. lib 6. c. 27. lib. 2 c. 1. & li. 5 c. 2.

ter uncti lib. 2. serm.

Trans nanto Tiberim, somno quibus est opus alto. D

Saty.1. perniciosissime uero sunt, quae in paludibus, & stagnis obeuntur: quoniã uapores putridi una cum humiditate corporis meatus illabentes, nõ solum caput, uerũ etiam uniuersum corpus contaminãt. Lacustres medio quodam pacto se habent: quae tanto minus insalubres erunt, quanto lacus, ubi efficiuntur, uastiores & puriores apparebunt. Maritima natatio ab Aretaeo in dolore capitis antiquato usurpatur. Ab Aetio ex Gal. mente in narium obturatione, & odoratus laesione si assidue fiat, probatur. A Celso uero, & ab Antyllo hydropicis, scabiosis, & quos exanthemata infestant, itemq. eleplãtiasim patientibus, & quorum crura, aut aliquae aliae corporis partes defluxione tentantur, accõmodata reputatur. facit quoq. ad eos, qui ex alimento fructum nõ sentiunt. & ideo non immerito Coel. Aurel. natationes maritimas in paralyticis, ut etiam Celsus stomachicis, iecorosis, lienosis, cachecticis ex usu esse scriptum reliquit. ue E rũtamen non possum non summa admiratione teneri, quomodo is auctor natationes sub Dio factas in capitis dolore, atq. etiã in epilepsia laudauerit: cum Antyllus nõ solum marinam natationem, sed qualẽcumq. aliã capiti nocere tradiderit. quod similiter ipsa ratio persuadere uidetur, demonstrans, tum situm ipsum natãtium, tum continuas ex aquis emanantes exhalationes caput replere, ac male afficere. Illud hoc in loco silendum nõ esse duco, quod magnus phi

23. partic. Prob. 12. losophus Arist. in problematib. scriptum reliquit, uidelicet in mari facilius, quã in fluuijs natari: propterea ꝙ qui natat, sedulo aquae ad nitendo natat: adniti autem ad id firmius possumus, quod corpulentius est: unde cum aqua marina fluuiali sit corpulentior, crassior, & ad renitendũ ualidior, magis natãtes adnitẽtes sibi sustinet. Est praeterea de quacũq. natatione animaduertẽdũ, paucos diuturnos morbos reperiri, in quibus ulla perfecte apta sit, & ob id perraro, ac solũ F aestate adhibenda erit natatio, quando gracilẽ reddere, per halitum euocare, firmare, calefacere, attenuare, hominẽq. tandẽ iniuriae mi

lib. 31. c. 6. nus obnoxium facere potest: a Plinio scriptum est luxata hominum corpora, & quadrupedum natãdo in cuiuslibet generis aqua facillime in artus redire. Natatio calida emollire indurata, calefacere refrigerata credita est. & ob id a Coelio Aur. in curandis arthriticis cõmendata, ab Aetio ex mente Gal. in ijs, qui cutem corporis densatã habent. at ab ea caput offendi, uires quodã pacto eneruari, nemo negaret: q̃ alio etiã non carere uitio dixit Coelius, uidelicet humores fundere, nec ipsos resoluere. Frigida ꝙ intus calorẽ natiuum repellens ipsum ualidiorem efficiat ciborum optimam, & citã cõcoctionem

A nem praestat: exuberātes humores dissipat, & intus refrigeratas partes calefacit. unde iure etiā ipsam in arthriticis laudauit Aurelianus ea ratione motus qua Hippoc. frigidā tetano affectis large affusam remedium esse dixit, sicut, & Celsus pro regio morbo laborantib. in aestate, & Herodotus apud Aetiū ad euitandū aestum frigidam natationē commendauit. experientia tamen constat, si quis ea frequēter utatur neruos laedi, & interdum surditatē contrahi, quod Agathinus apud Oribasiū cōfessus est. Atq. haec omnia a nobis dicta accipiantur de illis nationibus, quae ad gymnasticam quidē medicam pertinebant, sed minime semper in gymnasijs exercebātur. illae uero, quas in gymnasijs ipsis fieri cōsueuisse in 3. lib. probauimus, siue in piscinis, siue in amplissimis labris agerentur, duos praecipuos fines secundū opinionē nostrā habuerunt, alterū ut motu illo blādo, cap. 14.
B quo natātes agitātur, aqua magis corpora permearet, sicq. mēbra copiosius humectarentur: alterū ut maiore uoluptate in mouēdo sese fruerētur: quandoquidē aqua mota, & praesertim balneorū suaui illa attrectatione singularē quandam delectationē affert. De piscatoria exercitatione, quam diximus ex Platonis sententia nec animo, nec corpori prodesse, & proinde ab illo optari, ne iuuenes huic incumbant, pauca uerba faciam, tū quia fere sub nauigationē reducitur, ut eadē repetere nō sit opus: tū quia a medicis prope nullis eam in usu habitā esse cōstat: nisi ꝙ Auic. inter debiles exercitationes adnumerauit, quando quis in nauicula piscatoria moueatur, & ob hoc piscationē nullam calorē natiuū augere credendū est, cum & Arist. scripserit, piscatores marinos, ideo ruso colore existere, quoniam intus frigent, extra uero quasi adurūtur: habent. n. qui in mari piscan
C tur hanc praecipuam cōmoditatē, ꝙ eorū corpora ualde exiccātur, & propterea minime omniū corruptionibus subiiciūtur: quin si putredo aliqua intus lateat, protinus exugitur, cōsumiturq. ut magna cū ratione scripserit Gal. piscatorū habitus duros, ac siccos esse, eorumue ulcera perinde exiccata continuo apparere, ac si salita forēt. Quod uero scripsit Suet. Augustū interdū hamo piscari cōsueuisse, id potius animi laxādi causa, quā ualetudinis gratia ab eo agebatur.

7. de legib. in sophista lib. 3. c. 13. — loco citato — Sect. 38. prob. 2. — 1. de simpl. med. 6. d comp. med. c. 1. — In uita Augusti. c. 83.

De venationis conditionibus. *Cap. XIII.*



ENATIONIS exercitationē cōparās ludo paruae pilae Gal. illud solū inter ipsas discrimen posuisse uidetur, ꝙ alter modico apparatu indigeret, & ob id cuius exercitatu facilis esset: altera uero pluribus instrumentis opus haberet, neq. ab omnib. sed ab ingenuis dūtaxat, atq. diuitibus exer- libro 2. de paruae pilae ludo.

ceri

ceri posset. hoc autẽ licet Galeni forsan tẽpestate, atq. etiã in aliqua D
uenationis specie tẽporibus nostris uerũ foret, nihilominus in maiore eius parte secus rem sese habere compertũ est, quãdo saepenumero uno, uel duobus canib. aut paullo plurib. instrumentis rusticos, atq. pauperes uenãdi exercitationẽ frequẽtare conspicimus. ut hac ratione ipsa minores laudes pilae ludo non mercatur, neq. paucioribus uerbis eius facultates a nobis explicari debeant. Cũ.n. Gal.
2. de tu. ual. cap. 8. uenationẽ inter ea, quae ipse exercitationes & opera nuncupauit, recensuerit: cumq. illius perspecta natura manifeste monstret, non absq. uehementia, magnitudine, atq. celeritate ipsam effici, nimirũ in qua multae aliae exercitationes, cursus uidelicet, ambulationes, saltus, iaculatio, uociferatio, & aliae necessario requirantur, rationi consequens est eam his facultatib. praeditã esse, ꝙ corpora uehemẽter calefaciat, excrementa dissipet, carnes, & succos exuberantes mi E
nuat, somnos profundos generet, & proinde concoquẽdis cibis, crudisue humorib. magnopere conferat: quodq. ait Xenophon, auditũ ac uisum acuat, simulq. senectutẽ retardet. ob quas egregias facultates illud esse uerum existimare debemus, ꝙ Razes Arabs auctor grauissimus ex Gal. sentẽtia memoriae mandauit, uidelicet in quadam
In 3. cõtin. trac. 13. c. 1 pestecõtigisse, ut omnes fere perierint, & soli uenatores ob assiduã
Lib. de pu. epil. exercitationẽ incolumes euaserint. Ceterum quod uehementibus
com. 115. exercitationibus a medicis attributum reperitur, neq. uenandi labor carere uidetur, ut scilicet caput offendendi ui polleat maxime, si importune efficiatur, quemadmodum in 4. de acutorũ uictu apud illum auctorem legitur. Quantum uero ad particularium uenationis specierum qualitates attinet, de duabus solũ uerba faciam, tamquam in his solis tota uenandi ad sanitatẽ, aut aegritudinẽ pertinẽs F
facultas consistat: illae sunt, equestris, ac pedestris: nam sciũt omnes, quãlibet uenationẽ, siue canibus, siue retib. siue auib. siue arcubus, siue alijs instrumentis exerceatur, ab hominibus agi, qui aut pedib. proprijs eant, aut equis insideant. Equestrem igitur (ita liceat mihi appellare) uenationẽ exercẽtes, cum modo currentib. equis, modo gradientib. agantur, modo vociferare, modo quiescere cogãtur, omnib. partib. laborare uidẽtur, & iccirco multi hac exercitatione crediderunt corroborari pectus, stomachum, intestina, dorsum, atque crura: ego vero eam euitare illis praecipio, quibus caput faciliter offenditur, quibus fractionis uenarum in pectore periculũ imminet, quibus lapilli in renibus aggregantur, quibus peritonaeum debile, aut ulla herniae suspicio est, & quibus tandem uniuersus corporis habitus calorẽ plusquam mediocrẽ obtinuit siquidẽ multos uidere

licet

A licet uenatores, quos partim ob clamores, partim ob motus uiolentiam similes morbi occuparunt, & quandoq. ad interitum deduxerunt. qua de re prudēter Martialis Prisco, ne Veredo (erat is equus uelociter currens) in uenatu uteretur, consuluit hisce uersibus. Lib. 12.

Parcius vtaris moneo rapiente Veredo
Prisce, nec in lepores tam violentus eas.
Saepe satisfecit praedae venator, & acri
Decidit excussus nec rediturus equo.
Insidias, & campus habet, nec fossa, nec agger
Nec sint saxa licet, fallere plana solent.
Non deerunt, qui tanta tibi spectacula praestent:
Inuidia fati sed leuiore cadunt.
Si te delectant animosa pericula Tuscis,
B *Tutior est virtus, insidiemur apris.*
Quid te frena iuuant temeraria? saepius illis
Prisce datum in equitem rumpere, quam leporem.

Porro uenatio pedestris eadem fere cōmoda, & incōmoda in equestri reperta continet, nisi ꝙ, dum cursibus, ac saltib. feras insectatur uenator, per montes, per ualles, per deuia, per siluas, per saltus, minori certe periculo, quam in equestri, subiicitur: at maiori labore afficitur, magis incalescit, magis pedes, & crura corroborat: praeter haec libidinis stimulos, coercet, quando Hippolytum studio uirginitatis hoc uenationis genus exercuisse ferunt. Seneca in tragoed. Excitat quoq. uenatio appetitum, sicut coquus ille Dionysio dapes auersanti respōdit, ipsi defuisse laborem in uenatu, qui appetitum generasset. Neutra tamen, ꝙ uehementior exsistat, senibus, aut debilibus accōmodata C inuenitur, sed illis tantum, qui robustas omnes corporis partes sortiti sint, quiq. optime ualeāt. ut non absq. iudicio summo Cornel. Cel. dixerit, sanum hominē, & beneualentē modo nauigare, modo uenari debere. Lib. 1. c. 1. epist. lib. 5. quod si Plinius nepos sanitatē suam uenationi, quā ruri in Tuscis obibat, aliquando acceptam retulisse uidetur, iudicandum est, aut illa moderatissime usum fuisse, aut potius corpore robusto, ac sano ita ualuisse, ut nullo pacto a tanti laboris uehementia laederetur. Erit itaq. omnib. hanc exercitationem inire cupientibus duo necessarium diligēter considerare, primum, an corporis robore polleant, inculpataq. sanitate fruantur: secus, ne grauissima pericula sustineant, iure dubitandum uidetur: secūdum, numquid modestia quadam, & iucunditate, aut potius citra delectum ullū & casu quodam, ut plerūq. fit, uenationi operā nauēt. Quicūq. enim suarum uirium, aeris, temporis, quantitatis, loci, & modi rationem

aliquam habere uolunt, multa profecto eorum malorum uitare D
possunt, quibus ceteri casu sese exercentes subiiciuntur: eo magis,
quod uenatio illud praecipuum in se habet, quod nulla alia exerci-
tatio in eum modum obtinuisse apparet, ut scilicet totum fere diē
non raro sibi requirat. unde aut uenatores inter exercendum ci-
bum capere, & a cibo magnos labores aggredi coguntur, quo ua-
letudini nihil perniciosius esse potest; aut tota die ieiunant, quod
tametsi fortasse minus offendat, neque tamen ipsum noxa penitus
caret, quando praeter consuetudinem illud efficitur, necnon post-
ea usque adeo prae fame exsaturantur, ut uentriculum concoquen-
do mirum in modum fatigent, sicque & cruditates, & alia innu-
mera mala subeant.

Artis Gymnasticae finis.



HIERONYMI MERCVRIALIS sex artis Gymnasticę librorum elenchus, quorum primus liber continet.


E principijs Medicinæ Caput primum.
De conseruatiuæ partibus, & quid tractãdum cap. 2.
Quid sit gymnastica, et quotuplex. c. 3
De gymnasticæ subiecto, & eius laudibus cap. 4.
Quo tempore, & quo pacto cœperit Gymnastica cap. 5.
De Gymnasijs antiquorum cap. 6.
De varijs hominum generibus, quæ in gymnasia conueniebant cap. 7.
De gymnasiorũ diuersis partibus. c. 8.
De palæstra, & alijs gymnasij partibus cap. 9.
De balneis gymnasiorum, atque etiã de stadio cap. 10.
De accubitus in cœna antiquorum, & semel duntaxat in die cenandi consuetudinis origine cap. 11.
De auctoribus gymnasticæ, & gymnasiorum ministris cap. 12.
De trium gymnasticæ specierum differentijs: bellica, legitima siue medica, & vitiosa seu athletica cap. 13.
De vitiosa gymnastica, siue Athletica cap. 14.
De viuendi Athletarum ratione. c. 15.

LIBER SECVNDVS.

QVid sit exercitatio, & q̃uo differat à labore, & motu. ca. 1.
De gymnasticæ medicę diuisione. c. 2.
De saltatoria cap. 3.
De sphæristica cap. 4.
De pilæ ludo secundum latinos cap. 5.
De orchestica, siue tertia saltatoriæ parte cap. 6.
De fine saltationis, & de loco cap. 7.
De luctatoria cap. 8.
De pugilatu, & Pancratio, & Cæstibus cap. 9.
De cursu cap. 10.
De saltu cap. 11.
De disco, & halteribus cap. 12.
De iaculatione. cap. 13.

LIBER TERTIVS.

DE agendis, & de ratione præsentis tractationis cap. 1.
De deambulatione cap. 2.
An erectum stare sit exercitatio ca. 3.
De pugnarum generibus cap. 4.
De nonnullis alijs exercitationum speciebus cap. 5.
De spiritus cohibitione cap. 6.
De vociferatione, & alijs vocis exercitationibus cap. 7.
De Cricilasia, Trocho, & Pilamalleo cap. 8.
De equitatione cap. 9.
De curruli vectatione cap. 10.
De gestatione in lectica, & sella. c. 11.
De agitatione per lectos pẽsiles, et per cunas facta, & de Scimpodio. c. 12.
De nauigatione, & piscatione. cap. 13.
De natatione cap. 14.
De venatione cnp. 15.

LIBER QVARTVS.

DE ratione agendorum, & de exercitationis vsu cap. 1.

Gymnastica. V Con-

Confutatio opinionis eorum, qui exercitationem in sanis damnabant: & de exercendi necessitate, atque commoditate cap.2.
Improbatio eorum qui omnes homines exerceri debere sentiebant cap.3.
Redarguuntur qui assuetos solum exerceri volebant cap.4.
De excrcitationum differentijs cap.5.
De corporum morborum, & sanitatis generibus cap.6.
An corpora ægra vllo pacto exerceri conueniat cap.7.
De corporibus valetudinarijs, & senilibus exercendis cap.8.
De corporibus sanis exercendis ca.9.
De locis in quibus exercitationes fieri debent cap.10.
De tempore exercitationibus apto cap.11.
Quanta fieri debet exercitatio ca.12.
De modo exercendi cap.13.

LIBER QVINTVS.

De ordine agendorum, & de nonnullis scitu dignis cap.1.
De singularum exercitattonis differentiarum effectibus cap.2.
De saltatoriæ effectibus cap.3.
De ludorum pilæ effectibus cap.4.
De luctæ commoditatibus, & incommoditatibus cap.5.
De pugilatus, Pancratij, & Cæstuum facultatibus cap.6.
De cursus natura cap.7.
Quid præstet saltus cap.8.
De halterum conditionibus cap.9.
De disci, atque Iaculationis effectibus cap.10.
De deambulationum qualitatibus caput 11.
Iterum de deambulationum qualitatibus cap.12.

LIBER SEXTVS.

Quos erectum stare effectus pariat cap.1.
De pugnarum effectibus cap.2.
De quarundam aliarum exercitationum qualitatibus cap.3.
De spiritus cohibitionis facultatibus cap.4.
De vocis exercitationum facultatibus, & primo de vociferatione, & cantu cap.5.
De lectionis, sermonis, risus, & fletus qualitatibus cap.6.
De Cricilasiæ, Trochi, & Pilamallei qualitatibus cap.7.
De equitationis facultatibus cap.8.
De gestationum in vniuersum viribus cap.9.
De gestationum in vehiculo, lectica, atque sella particularibus viribus cap.10.
De lecti pensilis, cunarum, ac nauis gestationum facultatibus cap.11.
De natationis, & piscationis effectibus cap.12.
De venationis conditionibus cap.13.



INDEX LOCVPLETISSIMVS RERVM OMNIVM MEMORABILIVM, QVÆ IN HOC OPERE continentur.

A



Abies est materia currib' faciendis apta. 171.a
Abrahã vt De' ab Alex. Se. colebatur 182 d
Academia Platonis. 18 e
Accubitus consuetudo vnde manarit 53.a.b
Accubitus virorũ forma qualis fuerit. 53.e & deinceps
Accumbentium numerus quis esset. 54.d
Accumbentium imago 55
Achilles suos milites disco exercebat, ne ocio torpescerent 121.c.130.f
Acidũ ructãtes vociferatione iuuant 281.c
Adolescentes cur ad gymnasia accedebãt. 26.d
Adorantes erecti ex lege stabant 138.f
Æger nullus ex aliquorum sententia est exercendus 205.c
Ægroti priscis temporibus palam exponebantur, & qua de causa 1.c
Ægyptus, Homero autore, multas herbas ac medicamenta habuit 1.b
Aerẽ ex extrinsec' corpori accidẽtib'. 6.f
Ætas ĩ exercitatione est cõsiderãda. 212.f
Aglaitades errauit, risum dicens neq; corpori, neq; animo prodesse. 161.b.288.d
Agonistarcha quis fuerit 61.a
Albati erant vna factio Romana 168.e
Aldus Manuti' iuuenis eruditissim'. 178.d
Alexander Seuerus Impera. exercitationis causa aliquando piscabatur. 181. quos Deos coleret. 182. d. ad maiorũ effigies sacra faciebat. ibidem
Alexandri Seueri Imp. exercitia post lectiones quę fuerint 28.f. idem balnea virorum ac mulierum separauit 50.d
Alexan. Seuerus Imp. ferè semper frigida lauatione vtebatur, rarò calide 39.c
Alexan Seuerus Imp noluit ingenuos cursu exerceri 115.c
Alexand. r Seuerus Imperat. nemora pub. thermis iunxit 134.f
Alexander Seuerus Imp. qua victus ratione, Lampridio authore, vteretur 225.a
Alexander Macedonum Rex quid ante cibi sumptionem ageret 224.e
Alexander propter cruris vulnus lectica in militari expeditione vtebatur 297.f
Alipilus in gymnasijs quis esset, & quid ageret 63.c
Alipta quis nam esset 63.a
Aloysius Mocenic' Frãcisci F. laudat'. 19.c
Ambulationes quęnam secundum Arist. sint faciliores 217.c
Ambulationes tum ascendẽdo tũ descẽdẽdo factæ qua de causa laudentur. 264.d
Ambulatio sub Dio facta, ambulationi in porticu factæ à Celso præfertur 265 a
Ambulatio subdialis multas habet species ibidem
Ambulatio sub Sole, vel in vmbra facta ab authoribus diuersis diuersimode accipitur ibidem.
Ambulatio sub Sole minus lædit, quàm statio, & qua de causa ex Aristo. sententia 266.f.271.a.272.e
Ambulatio in vmbra facta, quænam sit bona ibidem
Ambulatio per arbores rore suffusas facta lepram facile inducit, & cur 267.a
Ambulatio epilepticis, & vertiginosis conueniens quæ sit 267 b
Ambulatio ante cibum fieri debet, & qua de causa ibidem
Ambulatio post cęnã qb. cõueniat. 267.c
Ambulationis matutinæ, & vespertinæ effectus qui sint ibidem
Amicus Bibriciorum Rex cestu claruit, & fuit à Polluce interfectus 110.f
Ammon apud Oui. cestu valuit 111.a
Andreas Baulius vir multæ doctrinæ. 34.
Andr. Palladius Archite. peritissimus. 19.c
Angina laborantes luctã effugiant. 246 e
Animus sine corporis auxilio nihil laude dignum efficere potest 13.a
Anneus Gallio sanguinem expuens nauigatione sanus factus est 179.b
Antheus secundum Platonem fuit luctationis artis auctor 105.a

Antiochus medicus quo exercitio vteretur. 210.e.f
Antioch⁹ medic⁹ vehiculo gestabat. 297.b
Antiq. bis in die an semel saturarent. 52.f
Antiquorũ mos vinciẽdi tpa in cęna. 57.a
Antiqui in stratis cœnabant. 53.a
Antiqui omnes voluptates in cõuiuiis excogitarunt. 58.e
Antiquorũ studiũ in cibis ac potibus delicatissimis cõquirẽdis magnũ fuit 58.e
Antiquorum scripta quonam modo interierunt 161.c
Antiquorum maior pars mane vel nihil, exiguum quid sumebat 225.c
Antiquorum maior pars in vespere solũ saturabatur 136.e
Antonius Pius Imp. balneum populo sine mercede constituit. 48.d
Aphorismi Hippocratis explanatio 231
Apodyterium in palæstra quid fuerit 29.c
Apodyterium in balneo quid esset 40.f
Apollini cur Atheniẽses gymnasium consecrarunt 8.d
Apollo iaculationis, & medicinæ Deus ab antiquis indicatus 130.f
Apollo iaculationi ab antiquis est præpositus, & quare 258.e
Apollonius vt Deus ab Alex. Seue. colebatur 182.d
Apoplectici Tral. sententia lectica vti possunt, & qua de causa 219
Aponaxis quid 85.c
Apostemata in pectore rupta habentes vociferatione iuuantur 281.c
Apricari quid faciat 140.d
Apuleius Celsus in Sicilia quendam à cane rabido morsum curauit 4.e
Aquæ formido, Pompeio viuente, primo se nobis manifestauit 4.e
Aquis medicatis etiam vtebantur in lauatione ad voluptatem 47 a
Aqua ẽ ex extrinsecus corpi accidẽtib. 6.f
Aquæ omnes sponte nascentes calidę sunt Aristot. authore 303.c
Aquarium quid esset 43.a
Archigenes fuit Had. Imp. archiater. 192.f
Archimedes sæpe figuras mathematicas in corpore vncto designabat 32.d
Aristotelis sententia de gymnastica & pædotribica 10.d
Aristot. sententia de arte gymnastica 13.a
Aristot. sententia de motu post cibũ 222.a
Ars gymnastica, Gale. sentẽtia, est maxima pars facultatis conseruatricis 7.b
Ars gymnastica qb⁹ nã reb⁹ pficiat. ibidẽ
Ars gymnastica quomodo scientia a Galeno vocetur 10.d
Ars gymnastica quid nam circa corpus humanum operetur 12.f
Ars gymnastica ad bonũ corporis habitũ acquirẽdum, ac sanitatem conseruandã maxime pdest multorũ testimonio. 13.a
Ars gymnastica homini est naturalis 13.c
Ars gymnastica quo tpe ĩceperit 11. b.c.d & quomodo ordinem ac regulas acceperit 15.c.62.f
Ars conseruatoria qualitate; quãtitate, occasioneq; perficitur 7.a
Ars medica qua ratione coniecturalis efficitur & quasi incerta 226.f
Artis Gymnasticæ diffinitio. 10.f & 189.c
Artis Gymnasticæ finis 10.f
Artis gymnasticæ apud antiquos existimatio 13.a
Arthriticos deambulatio lenis, & remissa iuuat, & vehemens lædit. 261.c
Arthriticos gestatione curabat Asclepiades 296.f
Arthriticos natatio frigida iuuat. & qua de causa 305.a
Æsculapius Epidaurius multum artem medicam illustrauit 1.c
Æsculapius sanis postpositis, solis morbosis, ac languentibus opem ferebat, 1.c
Æsculapius iaculationis & medicinæ De⁹ ab antiquis iudicatus 130.f
Æsculapius venatione summopere delectabatur 185.c
Æsculapius ab antiquis iaculationi est præpositus, & quare 258.e
Asclepiades Prusiensis orator, & medicus clarus 51.c
Asclepiades per inediam triũ aut quatuor dierum multos affectus curabat 193.c
Asclepiades infirma corpora variis exercitationibus molestabat, vt hominum fauorem aucuparetur 205.b.235.b
Asclepiades Prusiẽsis lectis, & balneis pẽsilib⁹ in ægris curãdis vtebat. 176.f.300.f
Asclepiadem Soranus reprehendit, q̃ phreneticos cãtu curare profitebatur. 284.d
Assa in balneo quid esset 41.a
Asthmaticos cursu vestibus laneis facto Theodorus Priscianus curabat. 253.a Cęlius Aureli. spiritu retento. 279.c & vociferatione. 281. c Asclepiades gestatione 296.c
Athenæum quis locus fuerit. 18.f

Athenienses cur Apollini gymnasiũ consecrarunt 8.d
Athenienses post Lacedæmonas gymnasia inuenerunt 18.e
Athenienses iuuenes quid agerent, vt intrepidi ad vulnera fierent 144.e
Athleticæ finis 11.b
Athletarum remunerationes 11.c
Athletæ in gymnasio se exercebant. 26.d
Athletæ simplici noīe dicti qui sint. 67.b
Athletæ quibus cibis vterentur 68.e
Athletæ quo noīe à Plato. vocentur. 69.b
Athletarum victus ratio, quæ esset 72.e
Athletæ cur pallidi fiant post labores ex Aristo. sententia 74.e
Athletæ à Venere ꝓrsus abstinuerũt. 75.b
Athletarũ ægritudines secundũ Gal. 76 d
Athlet. gymnastica saltatiões habuit. 83.a
Athletę ambulationib. nõ vtebanť 135 b
Athletæ aduersus palũ se exercebãt. 145.a
Athletæ ex spiritus cohibitione non parũ auxilij capiebant 154.d
Athletæ statim post exercitationem potũ vitabant, & qua de causa 224.d
Athletæ frequentissime vtebantur pugillatu, lucta, & Pancratio 248.d
Athletæ ostẽtationis etiam gratia spiritũ retinebant 154.f
Atrophia laborantes vociferatione liberantur 281.c
Atrophiam gestatione curabant Theodorus Priscianus, & Aretæus 296.d
Attonitos aliquo stupore Aetius gestatione curabat 298 e
Author huius operis cur de gymnasiis scribere sibi proposuerit 7.a
Auditus spiritu retento melior fit 279 b
Aues in aere stare apparẽtes an aliquo modo moueantur 137.a.b
Auerrois sententia de iis qui exercitationem dimittunt 194.e
Auerrois reprehenditur, qui censuit morbosa corpora quotidie ad sudoris initium esse exercenda 209.e
Aug. Imp. lege sanciuit, vt milites educerentur ambulatum in mense 135.c
Aug. Imp. scimpodio qñq; vehebať. 177.c
Augustus Impe. folle se exercebat, & qua de causa 242 f
Aug. Imp. in fine deambulationis subsultim currere videbať & qua de cã. 254.e
Aug. Imp. coxendice, femore, & crure sinistro laborãs ambulatiõe in harena maximè ꝓfunda se exercebat, & qũo. 264.f
Aug. Impe. post cœnam lectica lucubratoria vtebatur 299.a
Aurelianus Imperat, thermas hyemales in transtyberina regione fecit 206.f
Aurium dolorẽ patiẽtes lucta lædit. 246.e
Aurium dolore vexatos gestatione Gale. Tral. & Aetius curabant 297.c
Axes curruum ex vlmo, illice, & fraxino fiunt 171.a

B

Balista quale instrumentũ fuit. 130.e
Balneum gymnasiorum 38.e
Balneũ loca cõstituẽtia quænã essent. 39.b
Balneis inseruientia quænam essent. 39.b
Balneorum situs sm Vitruij sñiam. 43.b
Balneorũ aer extrinsecꝰ & intrinsecꝰ. ibid.
Balnea multũ calida Gal. tempore in desuetudinem abierunt 44.e
Balneorum magnitudo, mobilitas, immobilitas, figura ibidem
Balnea non eundem finem habent. 46.e
Balneis calidis, tepidis, & frigidis antiqui diuersa ratione vtebantur 47 b
Balneum res quadrãtaria cur vocetur. 47.c
Balneorum hora quæ fuerit 50.f
Balnea semp ante solis occasum claudebãtur, nec vnq̃ ante auroram aperiebãtur ante Alex. Seueri Imp. tempora 50.f
Balneis pensilibus Asclepiades in ægris curandis vtebatur. 176.f.d. à Sergio Orata sunt inuenta 177.a
Baptisterium in balneo quid esset 39.c
Bellorophon fuit eq̃tatiõis inuẽtor. 167.c
Bigis Plato animas assimilauit 171.c
Bgiæ in pub. sacris frequentissimè certauerunt ibidem
Blandi Forliuiensis error de thermis 19.b
Botularij ĩ gymnasiis botulos vẽdebãt. 64.e
Brachia, dum quis manibus vacuis currit, quodammodo conuelli videtur. 255 b
brachia discus corroborat 257.c
Brotheas apud Oui. cestu valuit 111.a
Budaeus fallitur 17.a
Budæi error 145.b
Budæus defensus a Cornario. 119.a

C

Cachecticos natatio maritima iuuat. 304.e
Caius quidam cæcus, quomodo oraculo indicante, cæcitate fuerit liberatus 2.f
Calicrates armatus currẽdo bis vicit. 116.e
Callimachus statuarius cacirotecnus cur sit dictus 118.f
Calidarium in balneo quid esset 41.a

Calor naturalis per exercitationem exoneratus multitudine excrementorum, fit robustior 192.f
Calor debilis ex motu moderato excitatur, ex immoderato extinguitur 206.f
Calor nimius exercitationes ꝓhibet. 220.f
Calor natiuus exercitatione est excitãdus & qua de causa ibidem
Calidi homines vel parũ vel nihil exerceri debent, & qua de causa 214.e & 229.c
Campus Martius Tyberi vicinus erat, & qua de causa 182.f
Canes rabidi in Sicilia plurimi fiunt 4.e
Cantoribus spiritu retento peritonæum rumpitur 284.e
Cantus exprimit rerũ similitudines. 9.b.e
Cantus à vociferatione differt 283.b
Capita detecta, à sole multum lęduntur, & qua de causa 272.e
Capite cooperto antiq. sacrificabãt. 139.b
Capite malè affectos ex Antylli sententia multa deambulatio iuuat. 262. e. item deambulatio facta calcibus incumbendo 263.a
Capitis grauitate laborantes post motum leniter factum leuantur, post cursum magis laborant ex Casij medici sententia vnde fiat 251.b.c
Capitis doloré inueteratũ Aretæus manuum gesticulatione curabat 240.d
Capitis circunuolutiones vertigines pariunt 242.d
Capitis doloré lucta iugi & magistro adhibito facta Cęl. Aurelian⁹ curabat. 245.a & tali dolore laborãtes currere vestitos iubebat 253 a. & deambulare. 261.a
capiti male affecto vociferatio obest. 282.e
Capitis dolore laborãtes vehiculo per longam viam Cęl. Aurel. vehi debere iudicauit, & qua de causa 297 c
Caput debile lædit saltatio 240.e
Caput dolens haltere lædit 256.f
Caput læditur ambulatione ex motu, & quiete facta, & quare 262.e
Caput maiores nostri ferè nunquam tegebant 272.e
Carcere detenti qua exercitatione possint vti 194 e
Carnes exercitatorũ caseo iam coagulato: non exercitatorum verò caseo nõdum bene coagulato comparat Gale. 194.e
Carnis multitudinem deambulatio aufert 261.a
Carnis multitudo qua ratione à Cęlio Aureliano minuatur 277.a
Carnis multitudinem gestatio Cęl. Aureliano authore, remouet 298.e
Cassi⁹ iatrosophista Romæ Cor. Cel. ętate medicinã sũma cũ laude exercuit 251.b
Cacheticis vociferatio subuenit 281.c
Celtę post cęnam pugna vmbratili se exercebant 145.e
Cęlum meridianum quale sit ex Vitru. sententia 219.a
Cęnę initio veteres arctius accumbebant satiati ἐπρῶτα πλάρια vertebantur 53.f
Cęnaturi antiquitus ad dolores capitis ex cibo & potu, & ebrietatem arcendam lineis vinculis frõtem & tempora vinciebant, & cur. 55.a
Cęnę ꝯsuetudo apud antiquos. 52.f. & ĩfra
Cęnæ hora cur vespertina sit data 59.a
Cenaturi quinam sint dicti 167.c
cera digitis emolliéda arthriticis dat. 128.e
Cerchio secundum Platonem fuit luctatoriæ artis auctor 105.a
Certamina quomodo inceperint 14 d
Cestiphori ĩ gymnasio se exercebãt 110 e
Cestuum exercitatio 110 d. 248.e
Cęsar scripsit, nõ frustra fuisse antiquitus institutum, vt in bello committendo signa concinerent, & vniuersi milites clamorem excitarent 136.f
Cęs. Aug. exercitationis causa aliquando cæstus. 113. piscabatur. 181.c. 305.c
Charmis etiam hyeme aqua frigida lauari hortabatur ægros 47.b
Chiron venatione summopere delectabatur 185.c
Chorea saltationis nomen vnde sit ortum 101.b.c
CHRISTVS vt Deus ab Alex. Se. colebatur 182.d
Cibi necessitas, vnde nã proueniat. 192.d
Cibi superfluitates necesse est, vt è corpore effluant 192.e
Cibi praui non lædunt eos, qui multum exercent, & qua de causa 193.b
Cibis mali succi vtentes homines quomodo se habeant 199.c
Cibi concoctio quõ cognoscitur. 223.b
Cubistica est prima species saltationis. 82.d 239.c
Ciborum satietas vitari debet 192.f
Ciborum in appetentia laborantes lectus pensilis iuuat 301.a
Cibos fastidientes vociferatione iuuantur 281.e

Cibus post exercitationem non statim debet assumi,& qua de causa 223.c
Cinædi vnde dicti à veteribus 101.a
Cyrus Persarum Rex corporis labores magnopere æstimauit 8.d
Cisius erat vehiculi species 208.e
Claudius Cæs.vehiculo vndique tecto primus,& quando est vsus 172.f
Claudus Impe. Harpocræ liberto suo concessit,vt p vrbē lectica vehi posset. 174.f
Claudus secūdum Platonem quis sit.13 a
Clemens Alexandrinus Antonini, & Seueri Impe.tempore floruit 49.c
Clemēs Alex.tpe Gal.Romę floruit.105.b
Clitomachus Carthaginensis fuit nouæ Academiæ sectator clarus 75.a
Cęliacos manuum gesticulatione curabat Aretæus 240.d.& vociferatione.281.c & exercitatione inter myrtos, lauros,& thymum facta 296 f
Coitu vsuri vespere non cœnabant 52.f
Coitus quosdā lædit,quosdā iuuat. 196.e
Colicos Aetio autho.lctō alta iuuat.285.b
Colicos pilæ lusu. Cœl. Aureli. curabat. 243.b.& cursu.248.e.&deambulatione. 261.a & spiritu retento.278.f.Asclepiades gestatione 296.f
Com.Impe. filius in palæstra in ægritudinem incidit 29.a.245.b
Cōmod⁹ Imp.iaculatiōe excelluit.131 a.b
Comitiales luctam vitare debent. 246.e
Cōcamerata sudatio in palæstra vbi nam erat 20.f
Cōcoctionem impedit exercitatio ex Erasistrati sententia 191.b.c
Concoctio & à quiete, & ab exercitatione moderatè facta multum iuuatur. 192.f
Concoquētes difficulter vociferatione iuuantur 281.c
Conisteriū ī palęstra vbi nā erat.20.f.34.e
Cōseruatiua medicinę pars à q̄busdā sola digna videt̄, vt noīe medicinæ noīet̄.5.c
Conseruatiua medicinæ pars à quibusdā in tres partes est diuisa 6.e
Conseruatiuā constituentia quatuor nominibus à medicis cōprehenduntur.6.f
Constantini Impe. tēpore accipitres edoceri cęperunt 188.e
Consuetudo magna ex parte conuenit naturæ exercitati corporis 198.e.f
Cōsuetudinē pmutātes valde lędunt.ibid.
Consuetudo mala quomodo ex Hippoc. sententia sit mutanda 200.d
Consuetudo exercitij quantū prosit. 211.a
Consuetudo in oībus est cōseruanda.212.
Consuetudo in exercitatione cōsideranda est ibidem
Cōtinui solutio q̄b. rebus accidat. 208.e
Continui solutioni nullum motus genus conuenit,& qua de causa ibidem
Continui solutioni membris ignobilibus contingenti modo quodam exercitatio mediocris conuenit ibidem
Cōualescētes vociferatione iuuātur.281.c
Conuulsionib. capiūtur,qui cursu cōcitato vtuntur & quomodo hoc fiat. 252.e
Cornari lapsus 118.f
Conuiuis olim frigida, & calida à puero dabatur. 54. e. Cornibus boum prisci potabant. 55.b
Cor.Cel. iubet,vt in antiquo laterū dolore victu athletico vtamur 86.e
Corpus humanum quo pacto à diuersis disciplinis consideretur 12.e
Corpus humanū quomodo est artis Gymnasticæ subiectum ibidem
Corpuscula à nostris corporibus continue effluunt. 192.d
Corporis habitus ab exercitatione conseruatur 192.e
Corporis virtutes per exercitationem fortiores fiunt & expeditiores 192.f
Corporis membra per exercitationem firmitatem & robur acquirunt.ibid.194.d
Corporis habitus ab otio destruitur. 192.e 157.c
Corporum tria genera à medicis considerantur,& quæ 204.d
Corpora ægra an aliquo pacto debeāt exerceri 205.b
Corpora sicca motibus leuibus & moderatis vti possunt 206.f
Corporib. calidis & siccis nullæ īmoderatę exercitatiōes cōueniūt.206.f.215.b.229.c
Corporibus frigidis & siccis exercitationes remissæ cōueniunt,ibid.115.c.230.d
Corpora, quorū vnū membrū intēperiem patitur,quomodo sunt exercēda. 207.a
Corp⁹ nullū quauis intēperie laborās dēt vehemēti exercitatione exerceri. 207. b
Corpora ob malam formationem morbosa,quomodo sunt exercenda ibidem
Corpora in numero morbosa exercitationibus vti possunt 208.d
Corpora ægritudine in situ laborantia nullo exercitationis genere vti debent, & qua de causa ibidem
Corpora valetudinaria q̄nā sub se ƒm huius

ius auctoris sñiam pfit continere. 209.a
Corpora senum cur multa excrementa generent 210.d
Corpora senum quibus exercitationibus vti debeant 210.e
Corporum sanorum differentias multas antiqui medici constituerunt 211.c
Corpus perfecta sanitate præditum potius mente considerari potest, quàm reipsa inueniri 212.d
Corpora multa temperata in sua regione inueniri dixit Gal. ibidem
Corpora communiter sana dicta excremēta quotidie generant, & ob id exercitationibus indigent ibidem
Corpora frigida, vehementer, & multum exerceri debent 214.f
Corpora humida excrementis abundant, & ob hoc multa exercitatione indigēt, ibidem 229.c
Corpora humida à labore suffocari, hæc Aristotel. sententia quomodo sit intelligenda conciliator exponit ibidem
Corpora in æstate potius, quàm in hyeme sunt exercenda ex Arist. sententia. 220.f
Corpora quibus temporibus sint exercenda, & locis 221.e
Corpora calida & humida moderatis exercitationibus indigent ibidem. & 229.e
Corpora frigida & humida multis, & vehementibus exercitationibus indigent ibidem, & 230.d
Corpora ab iisdē, quādoq; lædunt, qñdoq; iuuantur, prout illis applicantur 235.a
Corporis carnositas multis exercitationibus remouetur 238.e
Corpora induta minus à sole calefiunt sm Arist. sententiam, & qua de causa 272.e
Corpora luxata tum hominum tum quadrupedum notando in artus facillimè restituuntur 384 f
Coriceum in palęstra vbi nam erat. 20.f. & quid esset 29.c.87.b
Corycus quid esset ex Antilli sententia. 86.e.101.c.242.d
Cornarius corycum malè follem interpretatus est in Hip. conuersione 33.c
Cornarius malè arguit Budæū. 118.& 119
Coxas debiles saltatio confirmat 240.e
Coxis ex Hippoc. sententia equitatio est inimica 263.a
Craneū gymnasiū apud Corinthios. 18.f
Crassi quando cibū debent sumere. 223.c
Crateri medici seruus horribili quodā morbi genere captus fuit, quo carnes ab ossibus cadebant 5.a
Cratin⁹ poeta cur saltator sit vocat⁹. 101.b
Crepaturas patiētes saltū dēnt vitarē. 255.a & discū. 258.e. & spiritū retentū. 280.d quomodo fiant 284.e.f
Criptoporticis antiqui ad deambulandū vtebantur, & qua de causa 165.a
Crisilasię forma ex Oribasio, quæ nata fuerit 162.d. eius vtilitas 209.b
Crito medicus Romæ sub Traiano floruit 245.c
Crudos pilæ lusus lædit 243.b
Crura infirma saltatio corroborat 240.e
Crurum vlcera haltere Gal. curabat. 256.e
Crustularij in gymnasiis crusta vendebant. 64 e
Cunis quomodo in ægris curandis antiqui medici vterentur 178.e.301 b
Curatiua medicinæ pars ob necessitatem prius est inuenta, & à quibusdam impostura quædam dicitur 5.b.c
Curæ sanum corpus conseruant 6.f
Currendi facultas à natura data est animalibus 155.a
Cursus certamen Elei instituerunt 115.c
Currens ab ambulante qūo differat. 251.a
Currentes hyeme magis rigent stantibus, & qua de causa 220.f
Currentium spiritus anhelat 252.d
Currib⁹ faciēdis materia aptalē abies. 171.a
Curribus manu ductis febricitantes, vt inquit Herodotus, vtebantur & quantum spacij perficerent 172.e
Curribus oīs generis sani vtebant. ibidē.f
Curribus tectis principes vtebātur potius, quàm apertis antiquitus ibidem
Curru tecto Plinius iunior propter oculorum infirmitatem vtebatur ibidem
Currus multa apud antiquos erāt genera, & q̄ & qūo similia, & dissimilia erāt. 173.a
Currulis vectatio ab Erichthonio est inuenta 171.a
Currulis vectatio apud mulieres Romanas ī maximo honore habebatur 171.b
Currulem vectationē Romani mulierib. abstulerunt, ob nimium luxū, postea illis restituerunt, & qua de causa ibidem
Curulis vectatio apud gymnasticos æstimata erat 171.c
Currus duarum rotarum antiquitus erat in vsu 171.a
Currus quatuor rotarum Phryges inuenerunt ibidem

Currus sex rotarũ Scythæ inuenerũt.ibid.
Currus forma est varia ibidem.
Curuũ certamẽ in ludos olympios quando sit inuectum 171.c
Cursor qui sit ex Aristotelis sẽtẽtia.70 d
Cursus Gal.sẽtẽtia nõ parũ cõfert ad sanitatẽ,& bonum habitum.116.e. 249 b
Cursus quis motus sit.201. c.eius vtilitas, & damna 249.c.& infra.
Cursus tres sunt species ex Antylli sententia 116.f
Cursus apud veteres Græcos q̃d sit. 217.b
Cursus omnis febrientibus nocet. 249.c
Cursum pro vertiginosis curandis atq; epilepticis Aretæus laudauit 250.d
Cursus circularis effectus qui sint &omnino repudiari debet ibidem
Cursus eos,qui fungos comederunt,& qui à scriptionibus icti sunt,iuuat 250.f
Cursus quõ renes lædat, & iuuet. ibidem
Cursu non in puluere facto faucium interiorum exulceratio curatur. ibidem
Cursus pedes & crura iuuat ibidem
Cursus qua de causa ex Aristo. sententia caput lædat 250.d
Cursus à quibus vitari debet 252.d
Cursus in posteriora factus quænam auxilia ex Antylli sententia corporis partibus præstet 252.e
Cursus per accliuia, & decliuia differentiæ 252.f
Cursus corpore nudo factus quid efficiat. 252.a
Cursus quo tpe magis sit faciendus.253.b

D

Dares apud Verg.cestu valuit. 111.a
Deambulationis vtilitas.133.c 259. per totum caput.
Deambulationib.loci apti qui sint.263.b
Deambulatio multas habuit spẽs. 153.c & infra.259.c
Deambulatione q̃n vti debemus. 260.d
Deambulationis effectus qui sint. ibidem
Deambulatio mediocris est magis in vsu, & quæ sit ibidem
Deambulatione pro insania, & asthmate curandis Cęl.Aureli.vtebatur 260.f
Deambulatione pro ictericis curandis Archigenes vtebatur ibidem
Deambulatio pauca quibus nam conueniat 262.d
Deambulatio extremis digitis facta lippiẽtibus confert 263.a
Deambulationum differentię à loco sumptæ quæ sint 263. b & earum vtilitates, & nocumenta, ibidem & infra.
Deambulatio tarda quib'cõueniat.261,a
Deambulatio quænam sit,qua Hip.Auic. & Haly post cænam vtuntur 261.b
Deambulatio febres auget ibid.
Deambulatio minorẽ fatigationẽ in spirã di difficultate, q̃ pedib. stare affert.ibi.
Deambulatio vehemens corporis tremorem expellit.flatus discutit. ibid.
Deambulatio salubrior quæ sit ex Acumeni medici sententia 217,a.& 264 e
Demetrius Hermopolita,& eius laus 60.e
Demosthenes prope maris litus vociferabatur. 158.e. & ascendendo orationes recitabat, & qua de causa 253.c
Diaulus cursus qui sit 116.e
Dielcystinda 152.f
Diocles est damnandus, qui multos ægrotos deambulationibus post cibum exercebat 223.a.268.d
Diocles reprehenditur, qui epilepsiam spiritu retento curari dixit 280.d
Dionysio syracusano cibis appositis non delectãti quid coquus responderit.187. c 307.b
Dioreus aduersarium vnctum & sine puluere superauit 33.b
Dioxippus aduersarium vnctũ, & sine puluere supperauit ibidem
Discus quot significat, & quæ 123.a
Disci exercitatio fuit antiqua. 121.b. eius vtilitas 257.b
Disci figura qualis fuerit 123.c
Discus robustis corporibus cõuenit.212.f
Disci exercitatione loco purgationis, & phlebotomię,si quid impediat,vti possumus ex Gale.authoritate 257.c
Discoboli 122
Discus à iaculatione tum in iuuãdo tum in lædendo parum differt ibidem
Discus ab haltere differt 258.d
Dolẽtibus varius sermo subuenit. 283.bc
Dolichus cursus quis sit 116.e
Domitianus Imper. iaculatione excelluit. 131.b
Domitianus Imp. locum pro vocis exercitatione instituit 158.e
Dorsum discus corroborat 257.c
Dorsum debile habentes erecti stare non debent, & qua de causa 269.b
Dracunculi circa crura & brachia multis circa mare rubrum apparuerunt, & quid facerent. 4 f

Dropax

Dropax quid sit 213.c
Dubitationes duæ circa exercitationes ortæ soluuntur 202 f
Duellum à quo sit inuentũ, & cui pugnæ antiquorum generi respondeat 275.a

E

ELæothesium in palæstra vbi nam esset 11.d 20.f
Elleborum qui sumpserunt gestatione in lectica facta iuuantur. 299.a. & in lectis pensilibus 301.a
Elephantiasis Aegypto familiaris quo tēpore Italis innotuit 4.e
Elephanticos vsu coryci Aręteus curabat. 242.e. & vociferatione. 282.c. Celsus deambulatione. 261. c. Asclepiades gestatione 296.f
elephãticos natatio maritima iuuat. 304d
Entellus apud Verg. cestu valuit 111.a
Ephebus Athenis serpentem pusillum, & statim ambulantē cũ semine emisit. 5.a
Ephæbum in palæstra vbi nam erat, & quantum 20 f. 24.e
Epilepsia insolatione moderata secundũ methodicos curatur 271.c
Epilepsia gladiatoris iugulati sanguine epoto secundũ quosdam curatur 275.b
Epilepsia spiritu retento Cęl. Aurel. authore non curatur 280 d
Epilepsia quo pacto vociferatione curetur 282.e
Epilepsiæ vehiculo per longã viã vehi nō conducit Cęl. Aureli authore. 297.c
Epilepticos gestatione Gal. Tral. & Aet. curabant ibidem
Epilepti. cursus vehemēs ex Theo. Prisciani sñia liberat. 250.e. & lōga & rectã ambulatio ex Cęl. & Cel. authorit. 262.e
Epilept. Arętus curabat manuũ gesticulatione. 240.d. lędit deambulatio. 261.a.e
Epilepticis Antyllo authore natatio omnis obest 304.e
Episcyrus lusus quis 85
Equitatio an sit exercitatio. 79.a. est mot' mixtus secundum Gale. 170.f 292.d
Equitatio q̃d efficiat & ei' inuētor. 167.c semp in honore est habita ibi. & 170.d eius vtilitates & damna 292.e.f
Equitatio succussante equo facta quid efficiat 293.b
Equitatio per asturcones equos facta quid efficiat ibidem
Equitationis per gradarios equos factæ effectus 193.c
Equitantes cur aliquãdo lacrhymas emittant 294.d
Equitatio an sit gestatio ibidem
Erasistrat' missionē sanguinis è medicina auferēda, atq; etiam oēm exercitationē inutilem ad sanitatem iudicauit 191. b
Erasistrati rōnes, quatuor q̃b. exercitationem inutilē esse ad sanitatē dixit. ibidē
Erasistratus per inediã trium aut quatuor dierum multos affectus curabat 193.c
Erasistratus est damnandus, qui multos ægrotos deambulationibus post cibum exercebat 223 a
Erasistrati rōnes soluuntur. ibid. & infra.c
Erasistratus malè à Cęlio reprehēditur, q̃ paralyticos deambulatione ĩ locis harenosis facta exercendos iudicabat. 264.f
Erasmi error 154 f
Erectum stare an sit exercitatio. 136.f. vtilitas & nocumenta 169
Erecti stãtes quodãmodo mouētur. 137.c
Erectum stare ante cibi sumptionem quomodo iuuat 140.e. 169.c
Erectum stare multas habet differentias, & vnde capiantur 169.c
Erectum stare post cibos sumptos quid faciat 139.e. 207.e
Erichthonius currulem vectationem inuenit 171.a
Erysimachus medicus ad singultũ curandũ spiritus cohibitione vtebatur. 153.e
Esculenta tũ cibi tum remedij causa ęgrotis exhibentur 6.f
Euphorbus Iubę regis medicus, & Antonius Musa fratres vsum aquæ frigidæ post balnea calida monstrarunt. 47.b
Euripidis sententia de athletis 71.b.c
Excrementa diuersis modis è corporibus auferuntur 190 f. & infra
Excrementa in corporibus detenta multas morborum species generant. 192.e. 196.d. 212.d. 214. d.
Excrementa ante exercitationem è corpore expelli debent 223 a
Exercitationes corpus cōseruant sanũ. 6.f
Exercitationes quomodo corpori sano vtilitatem, Gale. & Auic. sententia, præstent 7.c
Exercitati cur à frigida lotione aut potione lędantur 223.c
Exercitationis diffinitio s̃m Gal. 77.b. s̃m Auic. 78. a. s̃m Auer. & hũc authorē. f
Exercitationis diuisio s̃m Platonē. 80. d.f
Exercitatio vilissima quæ sit ex Gal. sententia

tentia 185.b
Exercitationis drīæ vnde sumantur 189.c
Exercitationes opportune factę multorũ errores corrigere possunt.18.e.& multa bona præstare. 194 d.197.a
Exercitationis opiniones tres apud antiquos fuerunt, & quæ 191.a
Exercitationem omnem Erasistratus ad sanitatem inutilem iudicauit 191.b
Exercitatio concoctionem impedit ex Erasistrati sententia ibidem
Exercitatio natiuum calorem, & humidũ lædit, Erasistrati sententia,& per consequens sanitatem consumit ibidem
Exercitationis necessitas,&vtilitas.192.d.e
Exercitatio corporis habitũcõseruat.192.e
Exercitatio laborẽ coniũctũ habet.193.b
Exercitatio calorem naturalẽ auget,vnde fit,vt ipse mediocritatem trãseat. 194.d
Exercitatio supfluos humores cõsumit.ib.
Exercitatio cunctis hominibus indifferẽter cõuenit secundum quosdam. 195.b
Exercitationibus homines naturaliter inclinantur ibid.& 196.f
Exercitatio sanitatem præstat ibidem
Exercitatio excrementa expellit è corpore ibidem
Exercitatio cunctis ante cibi sumptionẽ conuenit 195.c.190.e
Exercitatio quosdam lædit, quosdam iuuat. 196.f
Exercitatio assuetis conuenit, non autem inassuetis secundum quosdam 198.d
Exercitationum tres sunt primæ differentiæ 200.e.136.f
Exercitatio præparatoria secundum Gale. quæ sit ibidem
Exercitatione præparatoria quãdo,& quo modo vti debemus 200.f
Exercitatio curatiua quæ sit, & quando ea vti debemus ibidem.& 237.b
Exercitatio simplex quæ sit, & eius species 201.a.237.b
Exercitatio eorum, qui vitam temperatã degunt,quanta esse debeat ibidem
Exercitatio propriè dicta spẽs habet.202.f
Exercitationes possunt morbos in quantitate auferre 207.c
Exercitatio secundum Hippo.per additionem fieri debet 209.c
Exercitatio bonum habitum inducit, & sanitatem conseruat 211 c
Exercitatio nulla debet esse aut violenta, aut immodica 212.c
Exercitat.à qb⁹ vitari dẽant. 213.c.& ĩfra
Exercitatio omnis in loco salubri fieri debet 219.b
Exercentes se sub sole magis incalescunt quiescentes, quàm qui mouentur, & qua de causa ibidem
Excrementa in hyeme cur pauca generentur 221.b
Exercitatio ex medicorum sententia semper ante cibũ à sanis fieri debet. 222.d 226.d.267.c
Exercitatio ante cibum duplicem vtilitatem affert 222.f
Exercitandi tria debent obseruare 223.a
Exercitationis factæ post cibũ nocumenta,quæ sint 222.f.268.d
Exercitatio nõ debet fieri vbi stomachus est valde vacuus,& qua de causa. 223 b
Exercitati statim post exercitationẽ nullum cibum aut potum debent sumere: & qua de causa 223.c.& infra
Exercitationis terminus duplex est 227.b
Exercitatio duo requirit,membrorum robur,& caloris augmentum 227.c
Exercitationes consuetæ in senectute congruunt 228.d
Exercitatione lassitudo semper est vitanda 228.e
Exercitationis termin⁹ est famis sẽsus. ibi.
Exercitationis excessum laudat Arist. magis, quam defectũ in cibo ecõtra. 230 f
Exercitatio Socratis senis quãta esset. ibi.
Exercitatio virorũ quãta esse debet. ibid.
Exercitatio puerorũ quãta esse debet. ibi.
Exercitatio fortium hominum quãta esse debeat,& debilium ibidem
Exercitatio senũ minor esse debet quàm, cum iuuenes essent ibidem
Exercitatio hyeme facta citra sudorem fieri debet 229.a
Exercitatio vere facta vsque ad sudorem fieri debet ibidem
Exercitatio Autumno facta minor esse debet ea,quæ æstate fit ibidem
Exercitatio inassuetorum quæ, & quanta esse debet 230.e
Exercitatio immodica oĩbus nocet. 230.e
Exercitationis immodicæ signa. ibidem
Exercitationem iuuenes quando debeant incipere 231.c
Exercitationi peragendæ qui modus est adhibendus ibidem
Exercitationem viri quando debeant incipere ibidem

Exerci-

Exercitationem antequam inciperent antiqui quid nam facerent ibidem
Exercitationem statim post cibum nemo debet incipere 232.f
Exercitatio prius remisse ac debiliter incipi debet, deinde paulatim augeri. 233.a
Exercitationis particularis cognitio, siue vniuersali cognitione, nullam affert vtilitatem, & contrà 234.e
Exercitati statim post exercitationem vestes madefactas debent deponere, & in loco tepido & temperato 233.b
Exercitationem antequam quis incipiat, quid nam facere debeat 233 a
Exercitati non statim post exercitationem debent quiescere, nec cibum aut potum sumere 233.b.c
Exercitationis modus & ordo totus quis nam sit ibid.
Exercitatio incontinentium quæ nam esse debeat 229.b
Exercitationis mos apud antiquos diuersus fuit ab eo, qui nunc est in usu. 238.d
Exercitatione præparatoria multi post coitũ meridianũ qua de cã vterent. 237.a
Exercitatio cũ puluere q̃d operetur. 238.a
Exercitatio cũ oleo facta q̃d efficiat. 236.c
Exercitationes multæ oculorum acumini obsunt. 238.e
Exercitatio magna, vehemens, remissa & aliæ à quantitate sumptæ, quid in nostro corpore agant. 238.e.f
Exercitatio fieri non debet nisi post cibi coctionem 243.b
Exercitationes q̃ nã quibus tẽporibus ex Hipp. sñia fieri debeant. 246.f.& 247.a
Exercitatio capite inclinato facta quos lædat 290.e
Exilitio saltus species cursui assimilatur. & eius effectus 254.e

F

Fabularum recitatores vocis exercitationi operam dabant 157.a
Factionũ studiosi homines equorum suæ factionis stercora odorabant, & qua de causa 168.e
Factiones Romanæ quatuor erant, & quæ ibid. Vnde sint ortæ. 169.a
Febre acuta laborãtes ab omni motu sunt remouendi ex Gal. sententia. 206.d
Febres sæpe contingunt, quia consuetæ exercitationes dimittuntur 212. f
Fertorium quid esset 175.a
Flauius Vespasianus dicebat, Imperatorem stantem mori debere 139 e
Fletus nocumenta 288.f
Fluxionem in dentes, gingiuas, columellam, aut in totum caput patientes luctã debent omnino vitare 246.e
Fœtus humanus in vtero matris paucioribus ligamentis detinetur, quam fœtus irrationalis, & qua de causa 254 d
Follis pila quæ nã esset. 88 f. vtilitas. 242.f
Fornacatores in gymnasijs q̃d agerẽt. 64.d
Fossio est exercitatio & opus 202.f
Fossores qua de causa à victu inordinato, & prauo non lædantur. 229.b
Frigida lauatio in palæstra vbi nam erat. 20.f. 39.c
Frigida lauatione cur vterentur post calidam 44
Frigidariũ ĩ palęstra vbi nã erat 20.f. 39.c
Frigidum quodcunque statim post exercitationem sumptum, iecur, ventrem & alias partes lædit 233.c
Frigus nimiũ q̃d ĩ nr̃a corpora agat. 220.e
Funambuli 148
Fundæ inuẽtores Phærices fuerunt. 129.a
Fuchsij error 87 a

G

Gale anno ætatis suæ 30. luxationem summi humeri in palaestra passus est 26.e
Gal. tpe in palæstra pueri exercebant. 29.a
Gal. tempore omnes homines quotidie lauabantur 30.e
Gal. paulo post Senecam, & Plutarchum floruit. 44.d
Gal. gladiatorum medicus à Pon. suæ ciuitatis fuit electus 142.f
Gal. vt se exerceret, ligna frangebat, & hordeum in pila tundebat 203.b
Gale. obesum corpus veloci cursu curauit 213.a
Gal. patria temperata fuit 216.e
Gal. iudicat radios solis magnas capitibus humanis noxas afferre 266.e
Gallica lues nostris temporibus apparuit, priscis ignota 5 a
Galli venatores helleboro sagittas inficiebant 118.d
Genibus infirmis deambulatio per accliue facta nocet, & qua re ex Aristot. sententia 263.c
Genitalia membra flatibus oppressa lucta sanat 245.a
Germanicus Tyberij Imp. nepos qua causa equitatione vteretur. 170.e. 291.

Germanicus equitationis beneficio à crurum tenuitate fuit liberatus 208.d
Gestationis multæ sunt species 295.b
Gestatio est debilis exercitatio, quibus conueniat, & aduersetur ibidem.c
Gestatione in quibus morbis curandis Asclepiades vteretur 295.c & infra
Gestatio in mari perturbato omnino est fugienda ibidem
Gestatio in mari tranquillo facta quid efficiat ibidem
Gestatio sine additione accepta quomodo ab authoribus capiatur 297.a
Gestatio vehiculo facta quibus conueniat, & quibus non conueniat ibidem
Gestatione in quibus morbis curãdis Gal. vteretur 297.c & infra
Gestatio morbis diuturnis prodest ibid.
Gestatione sella, & lectica facta ægri vti possunt morbo iam inclinante 300.e
Gestationis in alto mari factæ effectus. 302 f
Gymnasia nullus antiquorum scriptorum sufficienter tractauit 7.a
Gymnasia quæ nam fuerint 17.b
Gymnasia quare, & à quibus primùm sint inuenta ibidem c
Gymnasia diebus festiuis magis frequentata erant, & quare 27.a
Gymnasium cur antiqui Tiberi propinquum effecerint 46.f
Gymnastica quid sit, & quotuplex sit 8.e 202.e
Gymnastica ad medicum pertinet 8.f
Gymnastica ad sanitatem multa bona, & commoda affert ibidem
Gymnastica qũo à Pędotribica differat 7.b
Gymnastica vnde sit dicta 16.d
Gymnastica ars apud græcos solùm in vsu fuit, & quo tempore ad Romanos accessit 16.ef
Gymnastica proprios habuit authores, quorum opera fuit illustrata 59.c
Gymnasiarchus quid nam esset 60.d
Gymnasticæ artis effectus 66.d e
Gymnasticæ bellicæ finis 66.e
Gymnastica vitiosa quæ sit 16. e 66. d a Galeno vituperata 69.a
Gymnastica medica saltationes non respuit 83.b
Gymnasticæ duo sunt genera, & quæ 82.d 170.f
Gymnasticam & medicinã contrarias esse cur dixerit Hipp. 8.f
Gymnastica principaliter circa sanitatis conseruationem, consequenter verò circa sanitatis curationem versatur 235.e
Gymnastes qui nã esset & eius onus. 61. b
Gladiatores apud Romanos qui essent, & eorum absurdi mores 142. e f
Gladiatores diuersi ab athletis 70.f
Gladiatores vsq; ad mortem intrepide pugnabant 143.a
Gladiatores hordearij vocabantur, & quare ibidem
Gladiatores sanguinem ex vulneribus aduersarij bibebãt & quare. ibid. 275. bc
Gladiatores post pugnam cinerem pro medella potabant ibid.
Gladiatorũ detestatio ex D. Cypriano. ibi.
Gladiatorum certamina homines cum voluptate intuebantur ibid.c
Gladiatores cuius ordinis ex hominibus fuerint ibidem e
Gladiatores Lentulus alebat Capuæ. ibid.
Gladiator eximius fuit Dom. Imp. 144.d
Gladiatorum munus exercebant Imperatores ad bellum profecturi ibidem
Glacus carystius pugillator excellentissimus 108.c 144.f
Graciles quiete vti debent 213.b
Gulielmus Choulus de antiquorum exercitationibus scripsit 29 a
Gulielmus Chouius errauit existimans discum esse pilam rotũdam in medio perforatam 126.d 145.b
Gordianus Iunior Imp. Thermas æstiuas fecit 216.f

H

HAbitus corporis in exercitationem considerandus 213 a
Hadrianus Imp. lauabat, vbi & plebs. 26.f
Hadrianus Imp. cursũ Nemiacis & Isthmicis certaminibus restituit 115.c
Had. Imp. lege sanciuit, vt milites in mense ambulatum educerentur 135.c
Halteres quale instrumentum fuerit, ex Oribasij sententia 126. e eius vtilitas, & damnum 256.& d. infra
Haltere loco purgationis & phlebotomiæ fieri aliquãdo põt, si q.d impediat. 256.e
Haltere antiquorũ etsi nos caremus, loco tamen ipsius alijs instrumentis vti possumus, & ijdem effectus sequentur. ibid.
Halteristarum imagines 127
Hæmorrhoidas saltus prouocat 255.b
Harpocræ liberto Claudius Imp. concessit, vt per vrbẽ lectica veheretur 174.f

Helio-

Heliogabalus Imp. quibus piscinis lauabatur 39.c
Heliogabalus Imp. balnea viris ac mulieribus promiscua exstruxit 50.d
Heliogabalus Imp. lectos argenteos habuit 58 d
Heliogabalus Impera. curribus animalia monstruosa,& aliquando fœminas nudas iunxit 171.b
Heliogabalus Imper. Naumachias in euripis vino plenis exhibuit 180.e
Hepatica affectio quædam in Melonijs apparuit, quæ miros effectus pariebat, ea laborantibus 5.a
Hercules inuexit morem tegendi pudenda in certaminibus 76.e
Hermeum quis locus fuerit 18.f
Hernia laborantes recti stare vitent 169.b
Hernia quomodo generetur ibidem
Herodicus Selymbrianus post Aesculapium artem medicam multum auxit & illustrauit d. 2
Hydropisim lucta, uel palæstra Oribasius curabat. 245. a Cœl. Aure. vociferatione 281.e
Hydropici continuis exercitationibus ex sentẽtia Theodori Prisciani curari possunt. 248.d itemq. cursu. 250. e. & vociferatione Cœl. autho. 281.c
Hydropicis vociferatio prodest 281.c
Hydropicos gestatione Aetius curabat. 298.e
Hydropici Tral. sententia lectica vti possunt,& qua de causa 299.a
Hydropicis maritima natatio pdest 104.d
Hyeme minus, ęstate plus exerceri debere quidam iudicauerunt, & qua de causa. 21.bc
Hippoc. duas medicinę partes curatiuam, & præseruatiuã ad summũ perfecit 5.a
Hippoc. tempore balnea publica aut priuata rara erant ædificata 38.e
Hipp. præceptum de sanitate tuenda 74.e
Hipp. voluit oĩa fieri ἐκ προσαγωγῆς 154.d
Hippoc. sententia de homine comedente, & non laborante 192.f
Hipp. patria temperata fuit 216.e
Hippo. iudicat, solis radios capitibus humanis magnas noxas afferre 266.e
Hippo. Herodici Selymbriani discipulus artem medicam illustrauit 2.d.4.d
Hippolytus venatione vtebatur, vt virginitatem conseruaret 307.b
Hypocaustũ & laconicũ nõ idẽ fuerũt 42.f
Hypocaustum balneo seruiebat 43.b
Histriones vocis exercitationi operam dabant 157.a
Histriones infibulabantur,& quare 157 c
Homeri tempore Gymnastica ars principium quoddam habuit 13.c
Homines nasci propensos ad musicam & Gymnasticã qũo cognoscitur 13.c.80.d
Hoĩes cuiuscunq; ętatis illas exercitationes vitarę debẽt, ą̃ bus lædũtur 211.b
Homines cur aliqui sedendo macrescunt aliqui pinguescunt 214 e.f
Homines excrementosi & calida temperie præditi sedendo pinguescunt ibid.
Homines excrementosi & frigida temperie præditi sedendo macrescunt ibid.
Homines, qui ante cibos, & ordinate se exercẽt, nõ indigẽt ita exquisita victus ratione, vt illi, qui non se exercẽt 235.a
Homines ignari, dũ legere incipiunt, cur somno capiantur 286.d
Homines excellentes, dum legunt, somno non capiuntur,& qua de causa ibidem
Homo comedens, & non laborans sanus viuere non potest 192.f.214.d
Hora, qua sani homines cibum sumere debent, quæ nam sit 225.c
Horæ diei Romę quomodo, authore Martiali, dispensarentur, & quomodo authore Horatio. 224 f & infra
Horarum cõsideratio ab antiquis, Gal. authore quomodo fieret 226.e
Hordeum militibus, qui parum profecissent, pro frumento dabatur 11.c
Humidum naturale à superfluitatibus turbatur,& inficitur 194.d
Humores crudos in stomacho aggregatos saltatio dissipat 240.d

I

IAcobus ob neruum latum inter luctandum læsum, in posterum ab esu neruorum abstinuit 145
Iaculationis species duas fecit Plato 129.c
Iaculationis instrumentorũ inuẽtor 131.b
Iaculorum inuentor quis fuerit. ibid.
Ianitores in gymnasijs quid agerent 64.d
Ianus Cornari⁹ Platonẽ latinũ fecit 217.b
Icterici oẽs sapores amaros iudicant 262 f
Iecorosos natatio maritima iuuat 304.e
Imitationis species secundum Arist. 96.e
Impuberes singulari certamine certabant. 144.c
In autumno hora vespertina cibus sumi debet,& qua de causa 224.e

In balneis ædificandis quanta fuerit priuatorum hominum diligentia 38.f
In cubone multi Romę aliquando periere. 196.e
In gymnasia varia hominum genera conueniebant 19.b.25.a
In hyeme hora vespertina cibus sumi debet, & qua de causa 224.e
In morbis ītermittētibus motiones aliqñ sunt vtiles ex Hip.& Arist. sñia. 206.e
In sanientibus in morbi declinatione musicus cantus subuenit 283.c
Insolatione antiqui multis modis vtebantur 271.b
Intemperantia multa morborum genera hominibus attulit 1 b.4 d
Intemperies est duplex 204.f
In vere hora meridiana cibus sumi debet, & qua de causa 224.e
Ioannes quomodo recumberet supra pectus Domini 54 e
Ioannes Baptista Rhamnusius 54.c
Ioannes Vincentius Pinellus laud. 19.c
Ira corpus sanum conseruat 7 a
Ischiadicos cursus liberat 250.f
Isthmici ludi in isthmo agebantur. 15.b
Iudęi cur à neruorũ esu abstinerēt. 245.b
Iulianus qdã sanguinē euomens qũo oraculo monstrante fuerit sanus factus 3.b
Iuliani Imperat. priuilegium medicis concessum 5.c.& infra
Iuuenes oĩbus ferè motib⁹ sunt apti. 212.f
Iuuenes, si plus consueto laborent, conuulsionibus fortibus magis quàm senes tentantur 212.f

L

LAbor nimius pallores inducit, & qua de causa 74.f
Labor ex Erasistrati sententia est naturæ nostræ inimicus, & iucunditatem à sanis aufert 191.c
Laboribus inassuetos aliquando exercere debemus, & qua de causa. 199.a.230.d
Labores moderati quibus nam corporibus conueniant 215.b
Labores vehementes quibus nam corporibus conueniant ibidem
Lacedęmonij venatione se exercebãt. 187.c
Lacedæmonas damnat Aristot. quòd pueros nimijs laboribus affligebant. 228.f
Lacedæmonum lex erat, ne in balnea pix inferretur 64 d
Laconicum & tepidarium non sunt idem apud Vitruuium. 41.b
Laconicum & hypocaustum non idem fuerunt 42.f
Lambinus fallitur 54.d
Languidis vociferatio succurrit 181 c
Lassitudo qua ratione articulorum morbo laborantibus obsit 262.d
Lecti apud antiquos varii erant 58.b
Lectus fulcra mobilia habens quid sit. 176.e.301.b
Lectis pensilibus pro ægrotum exercitiis antiqui medici vtebantur. 176.d. quid essent, & quomodo fierent 300.f
Lectis pensilibus, Celso authore, quando vti debemus ibidem
Lectis pensilibus gestatio facta tam ante cibum, quàm à cibo prodest ibidem
Lectica quare est inuenta. 173.b 175.a.& quot numero serui eã portarent. 173.c. & infra. eius vsus. 198.f& 299.b
Lectica per vrbem gestari libertis erat vetitum 174.f
Lectica nostra cui antiquorum sellæ correspondeat 175 a
Lectica in languentibus antiqui medici vtebantur 175.b.299.b
Lectica à sella differebat 175.c.& 299.b
Lectica multi vs⁹ apud antiquos fuit. 298.e
Lectica, ĩ ea sedētes, q nã vti possint. 299.b
Lectuli pensilis agitatio quandiu fieri debeat 177.b
Lectionis species, & earum ad sanitatem vsus 285.a
Lectio quomodo fieri debeat 285.c
Lectione remissa post ciborum sumptionem vti possumus ibid.& infra
Lenti labores quibusdam corporibus conueniant 215.b
Lethargica febre laborantes in lectica decumbentes vehebantur 299.a
Leucophlegmatia corpus totum deturpat 207.b
Liberati à morbo, quid sibi auxilio fuerit, tabellulis notabant, ac templo Apollinis dicabant 2.d
Libarii in Gymnasiis liba vendebant. 64.e
Libertis erat interdictum quominus per vrbem lectica veherentur 174.f
Liber de insomniis est Hippocrati adscriptus, & qua rõne hoc cognoscat. 263.e
Lycæum Aristotelis 18.e
Lycurgus decreto vetuit, ne quis manibus in altum sublatis exercitaretur 149.c
Lycurg⁹ iussit virginũ corpora luctationibus, cursib⁹, & hmõi aliis exerceri. 246.a

Lienosos,

Lienosos,natatio maritima iuuat 304.e
Loca ad Septentrionẽ & Orientẽ spectãtia sunt salubriora ijs, q̃ ad Meridiẽ & Occasum spectant,& qua de cã ibi.& 216.e
Loca prope paludes,& stagna, & huismodi alia sunt mala 218.f
Loca prope mare ad Meridiem , vel Occidentem spectantia sunt mala ibidem
Loci ad exercendum apti sunt tres conditiones,& quæ ibidem & 216.f
Locorum vis quantum possit 215.c
Locus,vbi vocis exercitatio fiebat , qualis esset 158.e
Locus,in quo exerceri debẽt hoĩes,hyeme calidus,æstate frigidus esse debet 219.b
Locus consularis in Triclinio quis 54.c
Locutio est debilis exercitatio,quibus conueniat,ei⁹ vtilitas,|& nocumẽta 286.e.f
Lõga ãbulatio humiditates exiccat 262.e
Longus funis quid sit Cœlio Aureliano 165.a 178.f
Lotiones corpus sanum conseruant 7.a
Lucius q̃dã lateris dolore laborans , qũo oraculo mouẽte fuerit illo liberatus 3.a
Ludi oẽs antiquorũ cur sint instituti 10.f
Ludorum exercitatoribus quis honor daretur 11.b
Ludũ cur inter athleticas exercitationes enumerauerit huius operis author 88.d
Ludi Baccho dicati ἀσκώλια dicti 121.a
Ludi matutini qui essent,&qui magni 64.c.& 65.a
Ludorũ victores qũo honorarentur 15. b.c
Luctæ præfectus,& eius onus 60.f
Lucta fines tres habuit 105 a.quatuor modis fieri põtest. 244.e. f
Luctatorię artis auctores,qui fuerint 105.a 115.c
Luctam Gal. artis gymnasticæ minimam partẽ esse iudicauit.102.f.eius apud antiquos magnus vsus fuit 244 d
Luctam nostro tempore exercent rustici, quomodo apud antiquos athletæ exercebant 244.e
Lucta vehementer, & corpore erecto facta quid corpori præstet 244.f
Lucta habẽtib. crura debilia nocet 245 c
Lucta qua ratione pectori nocet 245.c
Lucta remisse facta q̃d corpori p̃stet 244.f
Lucta super pauimento facta quam corpori vtilitatem afferat 246.a
Lucta in puluere facta carnis plenitudinẽ remouet 246.d
Lucta ex sententia Gal. est perquã exigua pars Gymnasticæ medicæ 246.f 248.a
Luctator qui sit ex Aristotelis sñia 70.d
Luctatores quid nã agerent,antequam luctarentur 102.e
Luctatores vocabantur veri athletę secundum Galenum 108.f
Luctatorum imago 104 a
Lugẽtibus, varius sermo succurrit 283.b
Lumbis malè affectis lucta nocet 245.c
Lumbos discus corroborat 257.c

M

Machaon venatione summopere delectabatur 185.c
Magni Põpeij post ętatẽ hoĩes toto corpore ac singulis dieb' lauari cœperũt 50.e
Manuum gesticulatio ad sanitatem cõseruandam conducit 100.f
Manucodiata auis carens pedibus semper in aere permanet, nec in terrã nisi mortua cadit 137.b
Manuum gesticulatio humores attenuat 240.d
Marcus Aure. Asclepiades,& ei⁹laus. 60.e.f
M. Aurelius Antoni. Imper. balnea virorum,ac mulierum separauit 50.d
Marcus Antoninus Impe. valetudinis studiosissimus quid ante cibi sumptionem ageret &qua hora cibũ sumeret 224.e.f
Marcus Tul. stomacho laborans exercitationibus opportunis conualuit 190.e
Marcia fons haustu erat iucũdissima 50.f
Mare est ex extrinsecus corpori accidentibus 6.f
Mare insignem salubritatem quare efficiat 179.b 302.d
Maria Magdalena quomodo staret retro pedes Christi cœnantis 54.f
Marina aqua maiora pondera,quàm dulcis sustinet,& qua de causa 184.f
Marius varicibus laborabat,& qua de causa 269.c
Marsilij Ficini error in Platonis translatione 38.d & 217.b
Martialis exercitia dũ ruri morarer 203.a
Materia,qua lauabantur,q̃ nam esset 39.a
Mecœnas Mesius triennio siluit, & qua de causa 286.f
Medea secũdum Diogenem sapiens fuit, non venefica,& quomodo 8.e
Medicinæ quando opus non erat 1.b
Medicinæ partes,cum sint diuersæ, diuersa etiam nomina sortitæ sunt 5.b
Medicus quomodo corpus humanũ consideret 12.e

Medicus est artifex res sensatas tractans 212.d
Medicamenta quosdam iuuant, quosdam lædunt 196.e
Mediastini ĩ balneis q̃d facerẽt 30.e. 63 a
Melancholicos lucta Theodorus Priscianus curabat 245.a
Melancholici, dum legere incipiunt, cur somno capiantur 286.d
Melancholiam Theodorus Priscianus, & Aretæus gestatione curabant 296.f
Melchior Guilandinus Laud. 19.c
Membra corporis per exercitationẽ robur & firmitatem acquirunt 192.e. 194.d
Mensæ apud antiquos prope balneũ erant sitæ,& qua ratione 56.d
Mensæ & lecti simul apud antiquos parabantur 56.f
Menstrua sanitatem corrumpunt 48.f
Menstrua saltus euocat. 254. f.& deambulatio 260.f.263.a
Mentagra ægritudo Plinij ætate nobis innotuit 4.f
Messores qua de causa à victu inordinato & prauo non lædantur 229.b
Methodi vniuersales ex Gal. sententia nisi particularibus speculationibus iungantur parum iuuant 189.b
Militaris disciplinæ cupidi gymnasia ingrediebantur 26 e
Milo Crotoniata vir robustissimus. 67.a quantum comederet. 73. b. quõ robur ostenderet 138.e.150.d.277.e
Mecœnas primus natatoria calidarũ aquarum in vrbe construxit 184.e
Moderati labores quibus nam corporibus conueniant 215.b
Morbi quo tempore non vigebant 1.a
Morborum tria sunt genera, & quæ 104.e
Morbus in intemperie,& eius species ibid.
Morbus in mala partium formatione qui sit, & quomodo fiat 204.f
Motus intempestiuus concoctionem corrumpit 193.a
Motus omnis moderatus cunctis corporibus conuenit 212.f
Motus intercisus minorem lassitudinem membris affert,& qua de causa 237.c
Mortui in gymnasijs apud antiquos sepeliebantur 18.f
Mulieres post Hip. ætatẽ podagra propter malam victus rationem laborare cœperunt 4.f
Mulieres apud ãtiquos nõ accũbebãt 53.c
Mulieres cum viris quo tempore accumbere cœperunt ibidem
Mulieres modo a viris diuerso accumbebant 54.d
Mulieres frequentissimè saltationi dabant operam 101.b
Mulieres lacenæ quo saltu vterẽtur & 97.c.118.e
Mulieres quęnam vitam magis sanam & minus molestam degunt 215.b
Mulieres quænam faciliter pariunt ibid.
Mulierem prægnantem lędit saltatio 240.e.254.d
Mulieribus prægnantibus pica obsessis vociferatio prodest 281.c
Mulieribus parturientibus vociferatio prodest ex Alexandri sententia 181.c
Musicam Plato Gymnasticæ contrariam esse dicit 150.d

N

Natationẽ cursui cõparat Arist. 183.b
Natatio semper in honore apud veteres fuit 182.e.303.b
Nationis locus quid sit 183.e. & 184 f eius species 303
Natatio quibusdã ægritudinibus ex Antylli sñia,& Gale.conuenit 183. a. 184.e
Nataturi quid agere debent, antequã natent 183.b
Natatio ĩter exercitationes numeratᵣ 183.a
Natationem cur antiqui addiscerent ibidẽ 185.a.303.b
Natatio ĩ fluuio facta somnũ ĩducit 303.c
Natationem in aquis sponte nascentibus factam Antyllus improbat 303.c
Natatio perniciosissima quæ sit 304.d
Natatio sub Dio facta quid opereᵣ 304.e
Natatio facilius in mari quàm in fluuijs fit Arist. authore ibidem
Natatio calida indurata emollit,& frigefacta calefacit & eius nocumenta 304.f
Natatio frigida calorem naturalẽ validũ efficit,& concoctionem adiuuat ibidem
Natatione frequenti, si quis vtatur, nerui læduntur 305.a
Naturæ calidæ secundum Hip. quiescere debent 196.f
Naturæ hominum adeo diuersæ sunt, vt nemo alteri prorsus sit similis 196.e
Natura corporibus nostris meatus multos cur dederit 191.e
Naturis calidis quies conuenit 206.f
Nauigatio an sit exercitatio 78.f
Nauigatio quibus morbis authore Auicẽ. prosit

profit 302.f.179.b
Nauigationis modus valetudinarijs cõueniens qui sit ex Herodoti sẽtẽtia 179.c
Nauigationis species sunt multæ, & quæ & 179.c.301.c
Nauigatio per flumen facta minus perturbat, quàm quæ per mare, & quare, quibusdam morbis conueniat 180.d
Nauigatio inter exercitationes ab Antyllo numeratur 179.a
Nauigatio corpus mouet, & perturbat ibi. & quare 180.d
Nauigatione quinam vtantur ibidem
Nauigantes sunt magis colorati ijs, qui in paludibus degunt, & qua de causa 181.e
Nauigatione sanus factus est Anneus Gallio sanguinem expuens 179 b. & 302.e
Naumachiæ cur à Pop. Ro. sint institutæ. 180 e
Nemei ludi apud Cleonas agebantur 15.b
Nephretici Tral. sententia lectica vti possunt, & qua de causa 299.a
Nephriticis nauigatio maritima prodest. 303 a
Nero Imp. gymnasia quando; ingrediebatur, vt athletas certantes videret 26 e
Nero Imp. musicũ certamẽ instituit 158.e
Nero Impe. in lectica cum matre quandoque vehebatur 299.c
Nero lamina pectori imposita sub ea cantica exclamabat 360.d
Nicomachus smyrnæus valde crassus qua via ab Aesculapio sit curatus à nimia illa crassitie 207.c
Nitro, & aphronitro fricabantur 34.e
Numa secundum Plutar. voluit adorationes sedendo fieri 139.b
Numer⁹ exprimit rerũ similitudines. 96.d

O

Oculi lachrymantes læduntur saltatione 240.e
Oculi lippiẽtes, & lachrymosi à quantumuis minimo motu lęduntur, quiete verò recreantur 243.a.b
Oculorum circumuolutiones vertigines pariunt 242.d
Octauius Pantagathus vir doctissimus Vitruuii contextum de palæstra emendauit 19.c & infra
Oleum est ex extrinsecus corpori accidentibus 6.f
Olympici ludi Pisis agebantur 15.b
Onera ferẽtes, si cãtẽt, min⁹ laborãt 283.d
Onuphrius Panuinus Veronensis de ludis diligentissime scripsit 11.b
Ophthalmię lucta nocet 246.e
Ophthalmia graui laborantes Gal. Tral. & Aetius gestatione curabant 298.d
Orchestica tertia saltatoriæ species in plures partes diuiditur 82.f. 240.d
Orthopnoicos vociferatio iuuat 281.c
Orpheus vt Deus ab Alex. Se. colebat 182 d.
Os clausum cõtinere sitim extinguit. 286.f
Oscellæ 163.b
Otiũ corporis habitũ destruit 192.f 197.c
Otium perniciosum est & qua de causa 199. c & infra

P

Palæstra Mercurij filia pudendos locos obtegendi cõsuetudinem inter mulieres, quæ exercebantur, inuenit 76.e
Palæstra quid sit 17.c
Palæstra descriptio secundum Vitruuiũ, ac eius partes 20.e f
Palæstrę nomẽ quid significet. 35.a 102 d 244 f
Palęstra multas sub se habuit species 102.d
Palæstrę nomẽ vnde sit dictũ 102. f & ĩfra
Palęstra stomachũ frigidis morbis oppressum liberat. Cęl. Aureliano authore 245 a. 248.e
Paleã hordeaceã quidã vrinæ difficultate laborans per multũ tempus minxit 4.f
Pali exercitatio 145
Panathenaicum quis locus fuerit 18.f
Pancratiastes quis sit ex Aristo. sñia 70.d
Pãcratiũ duplex erat 105 c 109.a b 244.f
Pancratiastes vocabantur veri athletæ secundum Gal. 108.f
Pancratio Gal. plurimos sanitati restituit 110.d 248.a
Pancratij volutatorij imago 106
Paralyticis natatio in aquis spõte nascentibus facta Coel. Aurel. authore prodest, & etiam in marinis aquis 303.c
Partibus infernis ab alimẽto nutrimentũ non capientibus deambulatio facta calcibus incumbendo prodest 263. a
Paruæ pilæ lusores quõ se haberent 85.c
Paullus Manutius vir doctissimus, & eloquentissimus 178.d
Paullus Rhãnusius vir opt. & doctiss. 54 b
Paullo Rhamnusio multũ debent studiosi ob accumbendi formam monstratam in marmore antiquissimo 54.c
Pauli Aeginetæ sententia de coitu opponitur Gal. & Aetio 237.a
Pectoris dolore diuturno laborantibus vociferatio

ciferatio

cifceratio fubuenit 281.c
Pectoris affectionibus curandis geftatione Aetius vtebatur 298.e
Pedes debiles & male tutos faltatio firmat 240.e
Pædotriba fecundũ Platonẽ quis effet 62.d
Periftylia in palæftris quonam pacto fiebant 20.e
Periftylij interioris ambitus cui curfui inferuiret 116.f
Peritonæum debile habentes fpiritu retento læduntur 280.d
Perfæ victus rationem, & exercitationem diligenter profitebantur 195 a
Perfis labores corporis Cyrus inftituit ante cibi fumptionem, & quare 8.d
Petauriftę vnde dicantur 163.b
Petaurum quam haberet figuram 162.f
Petronas ægra corpora exerceri iudicabat 205 b
Petrus Victorius nfæ ętatis ornamẽtũ. 124
Potulenta tũ cibi tum remedij caufa ęgrotis exhibentur 6.f
Pheninda quid & vnde dicatur 84.f
Phœbus difco Hyacinthũ interfecit 126.e
Philagrius medicus profluuium feminis exercitatione partium fuperiorum curabat. 247.c curfu Antyllus 290.f
Philander in fuis in Vitruuiũ cõmentarijs oftẽdit antiquos in ftratis cœnaffe 53.a
Philoctetes dolorem, fagittarum iaculatione lenibat 258.f
Philofophi in palæftras ad difputandum conueniebant 20. e 28.e
Phonafcia ars,& phonafci magiftri 158.d
Phyfic⁹ qũo corpus humanũ cõfideret 12.e
Phryges ĩuenerũt curr⁹ q̃tuor rotarũ 171.a
Phrynicus ob faltationis excellentiam ab Athenienfibus Imp. eft electus 100.c
Phrynon dux Athenienfium pancratiaftes fuit excellentiffimus 110.d
Phrenetici lectis penfilibus iuuãtur, & qua de caufa 301.a
Phthificis vociferatio prodeft 281.c
Pilæ paruæ lufus in tres fpecies diuiditur. 84.e 201.c
Pilę magnę lufus duas habuit fpecies 86.d
Pilæ inanis lufus quis apud antiquos fuerit. 86 d & vtilitas 241.f.
Pilæ ludorũ quatuor apud Græcos fuerunt genera,& quæ 84.e 241,b
Pilæ lufus fecũdum latinos,& eius fpecies. 88.e 242.e
Pila robuftis corporibus conuenit 212.f
Pilæ paruę lufus omnes quid præftarent vtilitatis corporibus 241.b
Pilæ paruæ exercitatio inter veloces motus numeratur à Gal.& Paulo 241.b
Pilæ follis dictat exercitationis figura 89
Pilæ magnæ lufus vtilitates quæ fint. ibid.
Pila trigonalis quæ nam effet. 91.b
vtilitas 243.a
Pilæ trigonalis figura 93
Pila paganica quæ nam effet 94. d quibus conueniat 243.c
Pilamalleus quid fit 167.a & 290 e
eius vtilitas,& nocumenta 290.f
Pilicrepus in gymnafijs quis effet, & quid ageret 63 c
Pingues quanto magis exercẽtur, tãto magis fani funt,& qua de caufa 213.a
Pifcatio nauigijs facta eft nauigationis fpecies 181.a
Pifcatores marini cur pilos ruffos habeãt. 181.c
Pifcina pub. Romæ vbi nam fuerit 184.e
Pythagoras quidam athletis primus carnem exhibuit 72.f
Pythagoras voluit adorationes fedendo fieri 139.b
Pyrrhichiæ faltationis imago 98
Pittachus Mitylenę⁹ Phrynonẽ Atheniẽfiũ ducẽ & pãcratiaftẽ excell. vicit, ob quam rẽ ftatua ĩ Prytaneo ei erecta fuit 110.d
Pythici ludi Delphis agebantur 15.b
Pituitofi vociferatione iuuantur 281.c
Platonis fententia de arte gymnaftica 12.f
Plato laudat in v. de rep. vt mulieres nudæ cum viris in palæftra exerceantur 27.c
Plato fecũdum quofdam athleta fuit 71.c
Plato fuit Hip. fectator 80.e
Plato laudauit vt & pueri & virgines, & mulieres,& homines tam nudo corpore quàm armato exercerentur 116.d
Plato fcribens ftatum motui contrarium non prorfus vera locutus eft 138.d
Plato dicit naturas diuinas ex motu, & quiete conftare ibidem
Plauti verfus de antiquorum puerorũ moribus in palæftra 29.b
Plinius fcribit athletas aliquando coitu vti folitos 76.d
Plinius fecundus æftiuo tempore poft cibum apricabatur 140.e
Plinius fecundus ex Vefuuij montis concrematione interijt ibidem
Plinij capitũ librorũ catalog⁹ adulterin⁹ 28
Plinius dixit Afclepiadem iucundũ curandi

di modum caluisse 205.e
Plinij iunioris exercitatio quæ fuerit 222.d
Plinius maior dum voce & stomacho laboraret, lectione clara liberatus est 285.b
Plinius Cæcilius vehiculo gestabat 290.b
Plinius Romæ Sella vtebatur, vt inter eundum studijs vacaret 299.c
Plinius iunior corporis sanitatem venationi referebat 187.c.307.c
Podalirius venatione delectabatur 185.a
Podagrici saltum debent fugere 255.a
trochum 289.c
Podagricos leues & remissa iuuat deambulatio, & vehemens lædit 261.c
Podagrici Tral. sententia lectica vti possunt & qua de causa 299.a
Poesis secundum Simonidem est saltatio loquens 96.f
Pompeij magni exercitia 116.e
Pons naumachiarius quare sic vocatus sit. 186.f
Poppea Domitij Nero. vxor, quid faceret, vt cutis candorem acquireret 27.a
Porphyrius philosophus carnis vsum cur prohibuit 193.c
Porticus tres extra palæstrā quomodo disponerentur 20.f
Porticus erant partes gymnasiorum principales, & quomodo se haberent 28.e
Porticus Pompeiana ad deambulationem ædificata 134.e
Porticus in viridario Vaticano qualis sit. 135.a
Potabant veteres cornibus boum 55 b
Prædo quidam in Pamphilia homines pedibus priuabat 133.c
Prandium apud antiquos quid esset 52.f
Prasinæ factioni maxima ciuitatis pars fauebat 168.e
Prasini erant vna factio Romana ibid.
Pratinas poeta cur si vocat' saltator. 101.b
Praxagoras reprehenditur, qui epilepticos deambulationibus plurimis, & vehementibus curare nitebatur 261.c
Præmia certatoribus cur fuerint instituta. 14.e 15.a
Priapismū pilæ magnæ lusu Tralianus curabat 242.d. atque item haltere 256.e
Prodicus ægra corpora exerceri iudicabat. 205. b. propter quod ab Hippocrate reprehenditur 245.b
Prodicus valetudinis studiosissimus fuit. 210 e
Propnigeū ī palæstra vbi nā erat 20. f. 43.a
Propinatio iuxta veterem ritum, in conuiuio facta ex Rhamnusiano lapide 55.b
Prouerbium in harenam descendere vnde sit ortum 16.d
Prouerbium illud discum (quàm philosophū audire malunt) vnde sit ortum. 28.e
Prouerbiū Ne q̄ras ī stadio dolichū 117.a
Prouerbium transire metam 119.b
Prouerbium cōtra eos, qui nec literas, nec natare sciebant 181.e
Prouerbiū à mari & terra sumptum. 302.e
Puer aquam præbens 56.b
Puerorū gestatio in vlnis nutricū est quædam ipsorum exercitatio 176.d
Pueri post Hippocr. ætatem podagra laborare inceperunt propter ingluuiem 4.e
Pueri frequentissime saltationi operam dabant 101.b
Pueri musicam Platonis, & Aristot. sententia debent addiscere 16[0].d
Pueri a ploratu ex Aristot. sententia prohiberi nō debēt, & qua de cā. 160.f. 288.e
Pueri Gal. tempore in aquis pueriles ludos exercebant 183.b
Pueri vsque ad vigesimum primum ætatis annum labores multos indifferenter ferre possunt 228.e
Pueris peritonęum aut scrotum spiritu retento rumpitur 280.e
Puellæ sunt ex Platonis sententia gymnastica bellica exercendæ 66.f
Puellæ pulcherrimæ singulari certamine certabant 144.e
Pulmone vlcerati, inculpati viuebant in Lybia 179.e
Pugil qui sit ex Aristotelis sententia 70.d
Pugilatus ante bellum Troianum fuit in vsu 107.b. sanitati parum cōfert 247.a
Pugilatores quomodo certabant 107.e
Pugilatus in gymnastica medica exiguum vsum habet 108.e
Pugiles vocabāt veri athletę ſm Gal. 108.f
Pugiles, & athletę aliquando in Deorū numerum relati 71.a
Pugilum imago 102.b
Pulueribus in multis exercitationibus antiqui vtebantur. & qua de causa 236.d
Puluis vim habet emplasticam ex Galeni sententia 238.d
Pugilatus nocumenta, quæ sint 247.c
Pugilatus fuit paruus Lusus in gymnastica medica 248.d
Pugnæ nomen plura significat 140.f
Pugna, de qua hic auctor agit, quid esset & quot

& quot eius species ex Oribasij sentētia ibidem. & 273.a
Pugna vmbratilis quomodo fiebat. ibidē. 201.c
pugna telorum quomodo fieret ibid.
Pugna singularis quomodo fieret ibidem
Pugnas singulares exercebant sacerdotes in Pergamo Gal tempore 141.c
Pugna aduersus palum quinam vterētur. 145.c 273.a
Pugna vmbratilis vbi à Galeno laudetur. 146.e 273.b
Pugna armata a Demea inuenta. 146.e
Pugnas singulares etiam Romani exercebant 146.d ibidem
Pugna singularis rudibus armis facta à Mantinæis est inuenta 145.b
Puluis in vnctione quid præstaret 33.a & 238.d vnde portantur 34.e
Pyrrhus Ligorius antiquitatis peritiss. 19.c
Pyrrhichiæ saltationes quæ fuerint, & à quo inuentæ 97.c

Q

QVadrans erat merces balneatori data 47.e
Quadrata corpora ab exercitatione quomodo iuuantur 213 a
Quadrigæ in pub. sacris sæpe certauerūt. 171.c
Quartana laborantes, vociferatio iuuat. 281.c
Quinquertio qui sit ex Aristo. sententia. 70.d.e
Quotidiana febre laborantes in lectica decumbentes vehebantur 299.a

R

RAuēna Strabonis authoritate aerem salubrem habebat 75.a
Razis sentētia de venatione 187.c. 306.e
Renes debiles lædit saltatio 240.f
Remediorum omnium natura est, vt prosint, & aliquid etiam offendant 251.a
Renibus malè affectis lucta nocet 245.c
Renum lapilli optimè saltatione extruduntur 240 e 254 f
Renū imbecillitate, vel feruore, vel vlcere affecti saltū vitent. 255.a. & discū. 257.c
Renum inflammatione laborantes erecti stare non debent 269.b
Rhamnusianus lapis, in quo sculpta est forma Triclinij, antiquissimus 56
Rhetores in palæstras ad disputandū conueniebant 20.e 28.c
Res rōne finis varia noīa sortitę sunt 203.a
Resoluti Tral. sentētia lectica vti possunt, & qua de causa 299.a
Respiratio crebrarum oscitationum est remedium 179.a
Reunctores in balneis qui essent 30.e 63.a
Rigores saltatio arcet 240.d
Risus qūo fiat, & quid efficiat 161. a 287.b
Romani postremi omnium gymnasia ad Græcorum imitationem struxerūt 18.f
Romani in balneis multo græcis lasciuiores 38.e
Romani suos milites & mari & terra exercebant 180.f
Romanorum mulieres Varronis testimonio in eodem loco cū viris lauabantur. 48.f. oppositionem 53.e
Ros vim habet colliquatiuam, & ideo bibitus gracilitatem inducit 267.a
Rotæ curruum Homeri tempore stāno ornabantur 171.a
Ruffus Ephesius Romæ sub Traiano floruit 245.c
Ruffati erant vna factio Romana 168.e

S

SAltantes pondera aliqua habebant, & quorsum 118.d
Saltatorię exercitationis species, & eius diuisio 82.d
Saltatoria facultas in imitatione solo motu facta consistit 96.f
Saltatio secundum Simonidem est poesis tacens 96.f & infra
Saltatio vera à musica secundum Plutarchum deprauata est 97.a
Saltationis inuentor quis fuerit 97.a
Saltationum diuersa nomina vnde sint orta 97.e
Saltationis finis 100.d
Saltationes vbi nam fierent 101.b
Saltationem antiqui in conuiuijs exercebant 101.c
Saltatio quæq; antiquorum ordine, rōne, & proportione indigebat 239.b
Saltatio opportunè facta multas affert vtilitates, eadem inopportunè administrata multa detrimēta homini pstat 239.c
Saltus vtilitas, quæ sit, Vegetij sententia. 117.c 253.c & infra.
Saltus pprie dictus duplici modo fit 118.f & eius effectus 254.e 254.e
Saltus multæ sunt species 254.e
Saltus in altum factus lædit pectus, & coxas iuuat 255.a
Saltus humores superfluos euacuat, & loca purga-

purgationis ac phlebotomię, Gal. authore, fieri pôt, si q d sit, qđ ipsam ĩpediat ib.
Saltus factus, manibus aliquo pôdere plenis, q d differat à saltu aliter facto 255.b
Salsugo est ex extrinsecus corpori accidentibus 6.f
Sanguinis mistionem Erasistratus e medicina auferebat 191.b
Sanguinis mictũ aut fluxũ quemlibet patientibus saltus obest. 255. & deambulatio 260.f
Sanguinis reiectio spiritu retento non curatur, & qua de causa 280.d
Sanitas in humorum æqualitate conseruatur 192.f
Sanitas eisdem remedijs & amissa recuperatur, & præsens conseruatur. Erasi. sententia 191.c. huius falsitas 193 c
Sanitati voluptas est coniuncta 183 b
Sanitas cum aliqua molestia permanere potest ibidem
Sanitas in moderato calore naturali & cõmensurato humido conseruatur 191.c 194 d
Sanitas quot modis consideretur 205.a
Sanitas medicamentis opportune adhibitis recuperatur 193.c
Sani homines à medicamentis multum læduntur ibidem
Sanus homo nullis legibus se obligare debet 61.c
Satyriasim lucta, Theodori Prisciani authoritate, sanat 245.a
Scabiosis, qua de causa motus vehemens conuenit 208.f
Scabiosis natatio maritima prodest 304. d
Scapeda quid esset 147.
Sceltyrhis ægritudo Plinij ætate se manifestauit 4.f
Schola medicorum vbi fuerit, & quid ibi fieret 25.c
Scimpodium quid sit 177. c. & 301.a
Scythæ oẽs ferè semper equitatione vtuntur 167 c
Scythæ inuenerũt currus sex rotarũ 177.b
Scribonius Largus Claudij Imp. medicus scripsit neminem vsque ad sua tempora aquæ formidine liberatum 4 e
Scribonius Largus medicus tempore Tib. Cæs. Romæ floruit 142.f
Scrimia vulgo sic dicta quid nam apud antiquos esset 145.b
Secundas saltus educit 254.f
Sella curulis vnde sit orta 175.a
Sella duplex apud antiquos fuit 174 f
Sella portatoria quid esset 175.a
Sella à lectica differebat 175. c. & 299.b
Sella tum cooperta tum non cooperta antiqui vtebantur 299.c
Semen præcalidum emittentes, haltere, Gal. authore curantur 256.e
Seminis fluxũ patiẽtes lędit saltatio 240. f & deambulatio 261.a
Seneca vocat se psychrolutrem 47.c
Semitertiana febre laborãtes in lectica decumbentes vehebantur 299.a
Senecæ de gestationis, & ambulationis difficultate quõ sit intelligenda 296.d
Seneca aduersus miram anhelãdi difficultatem gestatione in vehiculo facta vtebatur 297. b.c
Senes quonam modo secundum Gal. sententiam debeant curari 209.b
Senes vti debent laboribus consuetis 211.b
Senes pauciores & remissiores exercitationes sustinent 212.f
Senibus exercendis quatuor sunt consideranda 210.e
Senectus quid sit ex Arist. sententia. ibidẽ.
Sensus lucta exacuit 245.a
Septi dolore diuturno laborantes vociferatione liberantur 281.c
Sergius Orata balnea pẽsilia ĩuenit. 177 a
Sertorius, vt rixas conuiuarum auersaretur supinum se locauit, & iccirco facilius trucidatus est 54.a
Seuerus Impe. Scimpodio vehebatnr, dum Britanniam obiret 178.d
Sicci homines vel parum, vel nihil exerceri debent, & qua de causa 213.b
Siccitas nimia exercitationes ꝓhibet 220.f
Silentium sitim, tussim & singultum extinguit 286.f
Silentium sanguinis reiectioni conuenit 286.16.d
Silimachus medicus fuit Hippoc. sectator 296.e
Singultus longa & cõcitata ambulatione comprimitur. 262. e & spiritus cohibitione. 278.f. & vociferatione. 282.f & silentio 286.f
Syracusani bis in die saturabantur 53.a
Sitis à silentio extinguitur 286 f
Soclarus Epicuro aduersatur circa coitũ. 237.a
Socrates ad sanitatẽ conseruandã, & robur acquirendũ saltationem exercuit 101.a
Socrates cantu se exercebat 284.e

Solon

Solon vetabat seruis vnctiones siccas 32.f
Situs conuiuiorum in Triclinio iuxta horatium 54.c
Somni corpus sanum conseruant 7.a
Somni profundiores ijs contingunt, qui se exercuerunt, & qua de causa 193.a
Somni profundi concoctionem meliorem efficiunt, & qua de causa ibidem
Sõno capiunt sæpe intẽte speculãtes 139.a
Somnolenti cur sint decolorati 244.d
Soranus in curãdis diuturnis morbis exercitatione vtebatur 235.b
Sostratus Gnidius ambulationem pensilẽ primus omnium Gnidi fecit 115.b
Spartanorum mulieres vna cum viris in palæstris se exercebãt 27.b. & in balneis vnà cum viris lauabantur 48.e
Spasmus cynicus cursu remouetur 250.e
Sphæristerium gymnasij pars quid esset, & quid in ipsa ageretur 36.f
Sphæristicus quis nã esset, & eius onus. 62.f
Sphæristica est saltationis species, & quid sit & quis eam inuenerit 84.d
Spectatores subsellia sibi ad spectandum ferebant 138.f
Spiratio numerosa vnde fiat 251.c
Spiritus cohibitio quid faciat 153.a. eius species. 153.b. eius vtilitas. 278.d q̃bus conueniat. 279.a. eius nocumenta. ibi.b
Spiritus cohibitione inter ceteras exercitationes Athletæ duabus de causis vtebantur 154.a
Splenis ægritudinibus ex Aetij sententia cursus est vtilis 250.d.f
Spleneticos gestatione Theodorus Priscianus, & Aretæus curabant 296.f
Spurii apud antiquos magna infamia notabantur & à nobilium commertio extrudebantur 18.e
Spurina qua victus ratione vteretur, & exercitio 210.f.223.c
Spurinę studiũ ĩ sanitate cõseruãda 223.c
Sputa corpus exinaniunt 6.f
Stadium gymnasij pars 52.d
Stans exercitium 146.f
Stare maiorem corpori laborem affert, quàm ambulare, & quare 137.c
Stare calcibus aut summis digitis innitendo nihil nisi molestiam affert 272.f
Stellas deficientes in insomnijs videntes quomodo ab Hippoc. curentur 253 a
Stephanio fuit inuentor togatę saltationis 83.
Stercora corpus exinaniunt 6.f
Stomachace ęgritudo Plinij ętate nostro orbi nota facta est 4.f
Stomachus in coquendo debilis à saltatione corroboratur 240.d
Stomachum frigidis morbis oppressum cũrat cursus 250.f
Stomachicos spiritu retento Cæl. Aure curabat 279. c. & vociferatione 281. c. Asclepia gẽstatione 296.f
Stomachi dolorẽ Theodorus Priscianus, & Aretæus gestatione curabant ibidem
Stomachi affectionibus curandis gestatione Aetius vtebatur 298.e
Stomacho laborantibus vnctiones exercitationes, & vociferationes commendat Galenus 281.c
Stomachicos natatio maritima iuuat 304e
Strigiles balneorum quid essent, & ex qua materia fierent 30.f
Studia corpus conseruant sanum 7.a
Sudores corpus exinaniunt ibid.
Sudor est motu prouocandus, & qua de causa 221.b
Sudor sine motu proueniẽs deterior eo est, quià labore prouenit 233.a
Sudor qua de causa manus exercentibus ex Aristo. sententia effluat 247.e
Sudor siccus quis fuerit 30.f
Suetonij locus de remedio harenarũ & arũdinũ, Augusti, q̃uo fit intelligẽdus 264.f
Suffusi oẽs colores rubeos iudicant 262.f
Surditate captos Gal. Tral. & Aetius gestatione curabant 297.c

T

TEmporis duo sunt gña, q̃ ab authorib⁹ medicinæ naturalia nominant̃ 220.d
Tempus accidentale quodnam à medicis nominetur ibidem
Temporum cõstitutiones in exercitandis corporibus, quæ sint vitandæ 220.e
Tempus nubilum & obscurũ exercitationibus est ineptum ibid.
Tempus serenum & lucidum est exercitationibus aptum 220.f
Tepidarium in balneo quid esset 40.e
Tepidarium & laconicum non sunt idem apud Vitruuium 41.b
Tepidarii cur non meminerit Vitruuius loquens de balneis gymnasiorum 42.d
Tetano affectos Hip. authore aqua frigida affusa liberat 305.a
Themison in curandis diuturnis morbis exercitatione vtebatur 235.b
Themison medicus reprehendit̃, q atrophia labo-

laborãtes longa ambulatione affligebat 262.e
Themison methodicorũ princeps coxẽdicũ dolore laborãtes eqtare iubebat 293.a
Theon Alexan. de athletica scripsit 70.c
Thespius poeta saltator cur sit vocat' 101.b
Thessalus medicus Neronis ætate floruit 159.a
Thessali qua de causa centauri sint vocati 167.c
Tyberius Imper. scimpodio quandoq; vehebatur 177.c
Timonis a uia duobus mensibus, singulis annis in cauernis latitabat 5.a
Tyrrheni sub eodem tegumento cum mulieribus accumbebant 53.c
Tyrrheni ad tibiam pugnis certabãt 107.c
Titus Imp. lauabatur, vbi & plebs 26.f
Titus Imp. qua de causa sit mortuus 47.a
Tonsillas patientibus lucta nocet 246.e
Thoracem haltere lædit. 256. f & discus. 257.c
Thorax humidus ambulatione facta calcibus incumbendo sanatur 263.a
Thorax difficulter spirãs deambulatione p accliue facta iuuat ex Antylli sñia 263.b
Tria erant Romę loca, vbi litterariæ exercitationes fiebant, & quæ 25.b
Triclinium marmoreum vetustissimũ Patauij in ędibus Rhamnusianis 56
Tryphon de athletica scripsit 71.c
Tripudia nr̃a saltationibus antiquorũ corrcspõdẽt & in quo ab illis differãt 239.b
Trochus græcus quomodo factus esset nobis est ignotus 162. f. & latinus ibi. & quibus conueniat 209.c
Tubi per quos circũfunderetur calor prodiens ex hypocausto 43.a
Tubicinibus spiritu retento peritonæum rumpitur 280.e
Tumores laxos gestatione Aetius curabat 298.e
Tussis sicca, spiritu retẽto, cursu nõ in puluere facto curatur ex Celsi sñia 250.e
Tussis à frigida causa orta spiritus cohibitione curatur 278.f
Tussis à silentio extinguitur 246.f
Tyberius Imperator omnium primus colis dolorem expertus 4.f

V

Valerius aper miles cæcus quo remedio, oraculo prænunciante, fuerit à cæcitate liberatus 3.c
Valeriola recte putat contra Fuchsium, follem & Corycum differre 87.a
Valetudinarij quomodo sint exercendi. 209.b 230.d
Vasarium quid esset 43.b
Varices patientes saltum effugiant 255.a
Varicibus laborantes erecti stare non debent 269.b
Varices quomodo generentur ibid.
Variæ lectiones auctoris recognitæ, & auctæ 280.e
Vehicula tota Plauti tempore ebore erant ornata 171.a
Vehicula tota Plinij tempore auro, & argẽto erant insignita 171.a 297.b
Vehicula varijs rebus cooperiantur 171.b
Vehicula equis, vel mulis, vel bobus, vel viris agebantur 171.b
Vela ad excipiendum puluerem in Triclinijs suspendendi mos 54.f
Venatio non solùm corpus, sed & animam delectat 185.b
Venatio ad bellicam fortitudinem comparandam est vtilis 186.d 186.f
Venationes tres sunt ex Platonis sententia 186.d
Venationis multæ sunt species 188.
Venatio quæ nam fuerit magis apta ibi.
Venatio accipitribus facta quomodo ab antiquis fieret 188.e
Venatio multis instrumẽtis opus habet & in hoc à pila ex Gal. sñia differt 305.c
Venationis equestris vtilitas, quę sit, & quibus obsit 306.f
Venationis pedestris vtilitas, & nocumenta 307.b
Venatio est exercitatio & opus ex Gal. sententia ibidem
Venæ aliquando à saltu valido rumpũtur. 255.a. & à disci exercitatione 258.d
Venenum cur toxicum sit dictum 130.d
Venus conseruat corpus sanum 7 a
Veneti erant vna factio Romana 168.e
Ventres frigidos lucta curat 245. a. & cursus 250.f
Vertiginosos manuũ gesticulatione curabat Aretæus 240.d
Vertiginosos lædit saltatio 240.e. & pilæ lusus 242.d
Vertiginosi luctam vitare debent 246.e & cursum circularem. 252. f. 261. f. & trochum. 209.c
Vertiginosos malè curabat Aretæus pugilatu. 247. c. curabat etiam disci exercitatione 257.e

Verti-

Vertiginosa passio vnde oriatur 262.f
Vertiginosos gestatione Gal. Tral. & Aet. curabant 297.c
Veredus erat vehiculi species 298.d
Verus Imp. primus cum duodecim solenni conuiuio accubuit 54.d
Vesicæ lupilli optimè, saltatione extrudun tur 240.e
Viæ apud veteres græcos quæ sint 217 c
Vigiliæ sanum corpus conseruant 7.a
Vigilia laborãtes lectica vti possunt 299 a
Viperarum morsibus tibiarum moduli prosunt, vt Gellius refert, se apud Theophrastum inuenisse 283.c
Virgo fons tactu erat iucundissima 50.f
Virgines secundum Platonem sunt in gymnastica bellica exercendæ 66.f
Viri tantum apud antiquos accumbebãt, non mulieres 53.c
Viri apud antiquos quonam modo accũberent 53.e
Viri noĩe quid intelligat hic auctor 228.e
Viri sunt ferè omnibus motibus apti 212.f
Visus debilitati, & obscuritati gestatio retrouersa facie facta, Auicen. authore, cõfert 298.d
Vitruuius floruit ætate Cæs. Aug. 28 d. eius authoritas apud antiquos parua fuit ibi.
Vlceribus quiete curandis stare & sedere aduersantur 138
Vlceribus internis, Cel. & Cel. authoribus, deambulatio remissa, & molliter facta prodest 261.c
Vnctione qui nam vterentur 30 d
Vnctionis materia quæ fuerit 32.d
Vnctionis finis 33.c
Vnctio post balnea quid præstabat 32.f
Vnctio ab antiquis quomodo fieret, est incertum 34.d
Vnctionibus in multis exercitationibus antiqui vtebãtur, & qua de causa 236 d
Vocator in conuiuio quis 54
Vociferationis pub. certamina, & victoribus præmia fuerunt instituta 157.ab
Vociferatio quonam modo fieret 159.b
Vociferationis finis est multiplex 158.f
Vociferatio quid sit 156. & quid efficiat. 159. b. 280.f
Vociferatione quomodo, & quando debemus vti & vitare 383.a
Vocis abscisio quomodo à Cœlio Aureliano curaretur 160.e
Vocis species sunt sex 280.f
Voci ex humiditate raucæ vociferatio succurrit 281.c
Voci vel nimia loquela, vel nimio clamore, vel silentio malè habenti vociferatio subuenit 281.c
Vox quomodo corrumpitur 283.a
Vomentes vociferatione iuuantur 281.c
Voracitas immensa, Seneca & Plut. authoribus, multas nouorum morborum species hominibus genuit 4.d
Vrania quid 85.e
Vrinæ corpus exinaniunt 6.f
Vrinæ ardor ex cursu augetur 252.d
Vtero conuulsio ambulatio calcibus incumbendo facta prodest 263.a

X

XYstarca quis nam esset 60.e
Xysti & xysta quid essent in gymnasio 37.b.c

Z

ZOsimus libertus sanguinẽ reiectãs nauigatione liberatus est. 179.c. 302.e
ἅρπαστος quid sit 84. f. 94. f. eius vtilitas. 243.c
ἀληθὴρ mendicum, & erronem significat. 128.d
ἀκροχειρίζεσθαι quid significet. 146 f. eius vtilitas 276.d. & 147.a
Acrochirismus quomodo fieret ibid.
ἀκροχειριστὴς quid sit 149.a
Acrochirismo celtæ vtebantur ibid.b
ἀσκολιάζειν 121.b
κιράβαι vnde dictum sit 55.b
δίαυλος apud græcos quid sit 20.e
ἐκπλετρίζειν quid significet 149.b. 201.c eius vtilitas 276.e
τιτυλίζειν quid significet. 149.c. 201.c. eius vtilitas 276.f
πάθος quid sit 30.f
γυμνάζεσθαι vox est antiquissima, & denudari significat 17.b
γέλος vnde dicatur 187.a
κυνόσαργες gymnasium Athenis quid fuerit 18.e
ξυστὸς apud græcos quid sit 21.a
κορύσαλος quid sit 30.f
Φεινίνδα quid sit 84.f
Δισκόφοροι qui sint 124
Βέμβικος instrumenti vertigo epilepsiam inducit 290.d
Διαχοινίρυ ἀναἀρριχᾶσαι 145.f

FINIS.

REGISTRVM.

✠ A B C D E F G H I K L M N O P Q R S T V X.

Omnes sunt quaterniones præter ✠ & X qui sunt terniones, & D quinternionem.



VENETIIS, APVD IVNTAS.
M D LXXXVII.